

Меню 09. 11.2020г.

Приём пищи	Наименован ие блюда	Выхо д блюд а	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическ ая ценность (ккал.)	Витами н С	№ рецептур ы	Стоимост ь
			Б	Ж	У				
День 6			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша гречневая с маслом и сахаром	160 5	4,96	6,07	23,87	169,85	0,38	19\1	6,5
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
2-ой завтрак	Яблоко	110,0 0	0,50	0,10	10,10	46,00	24		9,4
Обед	Суп с клёцками на к/б	250,0 0	2,99	2,32	17,95	105,02	11,9	37	6,76
	Голубцы ленивые с мясом кур в сметанно- томатном соусе с отварным картофелем	80 30 100	14,8 2	26,0 2	12,65	345,75	2,8	72	20,7
	Компот из сухофрукто в	200	0,20	0,20	19,87	83,35	3,08	100	3,52
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Ряженка	200,0 0	5,04	7,20	7,56	120,60	1,4	105	11,3
	Гренка с сыром	40,00	3,08	1,20	20,04	103,60		110	20,65
стоимост ь итого									81,72
Ужин	Вермишель молочная	200,0 0	8,21	6,62	30,74	216,87	0,2	24	20,15
	Булка	30,00	0,03	2,90	0,05	26,44			2,3
	Кофейный напиток с сахаром	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,09	97	0,87
стоимост ь итого									105
Итого за шестой день			56,20	58,60	209,3 0	1565,00	45,5		

Б:Ж:У=
1:1:3,7

