

Меню на 10.11.2020г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 7			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная манная	200	7,52	6,42	26,75	196,35	1,6	23	11,9
	Какао на молоке	200	3,48	3,84	15,62	111,90	0,9	96	8,7
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,01
2-ой завтрак	Сок	100,00	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	6,07
Обед	Салат из свежих огурцов,	60,00	0,50	3,06	1,42	36,34	6	23	3,03
	Борщ на к/б	250,00	2,01	1,71	12,50	74,10	23,1	31	6,48
	оладьи из печени в соусе с картофельным пюре	80/30 150	5,20	11,76	36,64	273,64	30,2	5,6	20,1
	Компот из изюма	200,00	0,13	0,00	19,95	80,75	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Ленивые вареники со сгущённым молоком	110 20	16,75	11,68	23,08	267,67	0,8	87	23,2
	Чай с сахаром и лимоном	200,00	0,00	0,00	14,97	59,85	1,2	102	1,7
стоимость итого									
Ужин	Каша гречневая с маслом и сахаром	180 5	4,96	6,07	23,87	169,85	0,38	19	4,51
	Молоко	180	5,80	6,40	9,40	120,00	2,46		8
	Булка	20,00	7,50	18,50	67,00	465			3,02
стоимость итого									105
Итого за седьмой день			60	64	271	1998	61,9		

Б:Ж:У=
1:1,06:4,5

