

Меню на 20.11.2020г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 15			Б	Ж	У				
Завтрак	Вермишель молочная	200	6,55	5,06	26,14	177,55	3,05	23	8,93
	Чай с лимоном	180,00	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка с сыром	30 /15	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
2-ой завтрак	Яблоко	115	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	7,1
Обед	Салат из огурцов	50,00	0,47	3,06	1,26	35,52	6	2	2,95
	Свекольник на говяжьем бульене со сметаной	250 7	16,64	17,44	13,80	278,74	16,7	32	5,61
	Плов с говядиной	170 30	2,23	4,05	17,42	115,37	34,4	68	20,88
	Компот из кураги	180	0,05	0,00	18,95	63,03	0,95	98	3,19
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Кофейный напиток с молоком	180,00	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Сосиска в тесте запечёная	80	6,79	5,56	36,52	223,65	0,4	90	20,1
стоимость итого									81,37
Ужин	Сырники из творога	160	0,50	0,10	10,10	46,00	24		10,8
	Кисель из концентрата	200	0,50	0,00	80,80	310,00			4,96
стоимость итого									100,13
Итого за пятнадцатый день			49	46	251	1698	62		

Б:Ж:У=
1:0,9:5