

Меню на 25.11.2020г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход д блюд а	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептур ы	Стоимость
День 18			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	7,32	6,06	35,6 5	227,85	3,2	22	10,71
	Чай с лимоном	200	0,00	0,00	14,9 7	59,85	0,06	101	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,1 0	110,75		110	3,85
2-ой завтрак	Апельсин	130	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	7,89
Обед	Салат из помидоров	70,00	0,66	3,21	4,53	48,61	6,8	9	8,96
	Щи крестьянские на к/б со сметаной	250	1,92	1,75	10,0 3	64,80	25,5	33	6,1
	Котлета куриная с рожками	70 130	13,7 2	11,8 2	5,71	185,65	4,1	67	33,4 2,97
	Компот из изюма	180	0,34	0,14	19,8 0	88,25	0,85	99	2,31
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,3 2	94,00			1,79
Полдник	Ватрушка с творогом	100,0 0	5,74	7,00	39,4 1	243,90	0,36	92	17,1
	Какао на молоке	180	3,39	3,50	14,8 8	105,68	0,9	96	6,31
стоимость итого									102,6
Ужин	Каша гречневая с маслом и сахаром	160 5	4,96	6,07	23,8 7	169,85	0,38	19\1	6,41
	Молоко	180	5,80	6,40	9,40	120,00			7,63
	Булка	20	2,90	3,20	4,70	60,00		110	1,6
стоимость итого									118,2
Итого за восемнадцатый день			57,8	58,5	238	1600	46		