

Меню на 01.12.2020г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 2			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Каша геркулесовая молочная	200,00	7,45	8,50	26,95	215,28	3,2	21,102	5, 72
	Чай с сахаром и лимоном	200,00	0,00	0,00	14,97	59,85	1,2	110	1,3
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
2-ой завтрак	Груша	80,00	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	4,8
Обед	Салат из морской капусты с вареным яйцом	60,00	2,04	7,03	0,26	66,00	3,6	32	6,16
	Суп овощной с курами	250,00	2,77	2,80	14,51	95,04	23,1	37	5,23
	Печень по- строгановски с рисом	0,67	11,92	11,65	4,48	170,58	0,09	172	23,35
	Компот из кураги	180,00	0,10	0,00	18,95	76,57	0,95	394	3,19
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,63
Полдник	Сырник творожный запеченный	120,00	20,64	15,89	27,17	338,37	0,8	86	12,3
	Кисель	200,00	15,83	19,15	57,46	468,43	0,9	96	6,2
стоимость итога									98,57
Ужин	Картофель тушённый с курицей	200,00	4,29	3,21	11,01	91,23	34,4	65	19,03
	Кофейный напиток с сахаром на молоке	180	3,48	3,84	20,61	131,85	0,9	98	1,87
	Булка	20,00	3,16	0,40	19,32	94,00			0,82

стоимость итога									121,37
Итого за второй день			78,00	80,00	261,00	1960,00	65		