

Меню на 10.12.2020г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 9			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	7,32	6,06	35,65	227,85	3,2	22	10,71
	Кофейный напиток с молоком	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,54
2-ой завтрак	Мандарин	110,00	0,28	0,00	6,86	32,90	3,7	386	7,8
Обед	Салат свекольный с черносливом	60,00	0,75	5,05	4,40	65,95	2,9	6	2,9
	Суп гороховый на к/б с гречками	200 30	7,11	2,68	15,53	114,85	7,5	42	7,81
	Картофельная запеканка с мясом курицы	200	39,33	6,37	82,89	546,67	30,5	59	19,32
	Компот из сухофруктов	180	0,13	0,00	19,95	80,75	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	20	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Рыбные биточки	80	23,71	10,25	29,06	304,55	1,8	79	21,3
	Булка	30,00	0,10	0,01	0,55	2,80			2,3
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,06	101	1,2
стоимость итого								54	86,65
Ужин	Рожки с маслом сахаром	200	60,08	49,10	296,66	1773,30	0,9	104	17,6
	Молоко	200	0	0	7	26,3	0,85	406	1,3
	Булка	20,00	1,58	0,20	9,66	47,00			1,6
стоимость итого									106,2
Итого за девятый день			58,5	48,9	280	1700			