

Меню на 22.12.2020г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 17									
Завтрак	Каша молочная ячневая	200	8,21	6,62	30,74	216,87	2,1	24	8,95
	Чай с лимоном	200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,08		4,1
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
2-ой завтрак	Сок	150	0,52	0,52	12,74	61,10	10	386	9,3
Обед	Салат из капусты с яблоком	70,00	0,86	3,14	4,42	50,48	21,3	10\1	3,16
	Суп вермишелевый на к/б	250	5,30	3,23	15,16	111,00	34,5	40	5,36
	Картофель тушёный с говяжьей печенью	150 50	34,64	6,04	72,79	484,42	34,4	61	21,2
	Компот из кураги	180	0,09	0,01	15,27	63,25	3,08	100	2,91
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Гречневый крупеник с молочным соусом	150 50	18,32	13,06	35,99	337,47	2,8	114	21,14
	Кофейный напиток	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	0,87
стоимость итого									83,63
Ужин	Омлет с зелёным горошком	90 60	2,11	3,22	5,91	61,49	0,38	49	11,8
	Какао на молоке	180	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	8,9
	Булка	20	1,54	0,60	10,02	51,80			1,6
стоимость итого									105,9
Итого за семнадцатый день			75	76	279	1877	65		