

Меню на 26.01.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 17			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная ячневая	200	8,21	6,62	30,74	216,87	2,1	24	8,95
	Чай с сахаром и молоком	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,08		4,1
	Булка с маслом	30 10	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
2-ой завтрак	Мандарин	80	0,52	0,52	12,74	61,10	10	386	9,3
Обед	Салат из свеклы	60	0,86	3,14	4,42	50,48	21,3	10\1	3,16
	Суп вермишелевый на к/б	200	5,30	3,23	15,16	111,00	34,5	40	5,36
	Картофель тушёный с говяжьей печенью	200 50	34,64	6,04	72,79	484,42	34,4	61	21,2
	Компот из кураги	150	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
	Какао с молоком	130	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	0,87
стоимость итого									83,63
Ужин	Омлет с зелёным горошком	110 50	2,11	3,22	5,91	61,49	0,38	49	11,8
	Кофейный напиток	200	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	8,9
	Булка	30	1,54	0,60	10,02	51,80			1,6
стоимость итого									105,9
Итого за семнадцатый день			75	76	279	1877	65		