

Меню на 11.02.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимо сть
			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 8	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,54
2-ой завтрак	Мандарин	80	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 15	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 лимонов	180	0,13	0,00	19,95	80,75	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	30	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Рыбные биточки	70	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 итога								54	86,65
Ужин	Солянка с курами	200	60,08	49,10	296,66	1773,30	0,9	104	17,6
	Какао с молоком	200,00	0	0	7	26,3	0,85	406	1,3
	Булка	20,00	1,58	0,20	9,66	47,00			1,6
стоимость итога									106,2
Итого за девятый день			58,5	48,9	280	1700			