

Меню на 17.02.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Вита мин С	№ рецеп туры	Стоимо сть
День 13			Б	Ж	У				
Завтрак	Пшённый кулеш молочный	200	6,37	6,09	20,10	162,15	0,4	26	96,5
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
2-ой завтрак	Груша	40	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	6,98
Обед	Салат «Витаминный»	60	1,40	0,30	7,00	35,00	6,8	1	9
	Лапша домашняя на к/б	250	19,54	18,86	22,32	337,07	34,5	44	3,13
	Суфле яичное с мясом кур	170	0,02	2,18	0,04	19,83	0,55	71	28,3
	Компот из лимонов	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	Крем-брюле	200	5,22	5,76	8,46	108,00	2,46		9
	Булка с повидлом	60	3,85	1,50	25,05	129,50			3,6
стоимость итого									81,53
Ужин	Капуста тушённая с курами	200	4,09	3,12	11,61	93,62	0,95	41	19,67
	Кофейный напиток	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Хлеб ржаной	20,00	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9
стоимость итого									106,97
Итого за тринадцатый день			60	55,8	212	1600	61,5		