

Меню на 24.02.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 16			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша гречневая с маслом и сахаром	1605	4,96	6,07	23,87	169,85	0,38	19\1	4,54
	Кофейный напиток	200	0,80	0,16	6,52	30,80	0,06	101	1,2
	Булка с маслом	305	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,01
2-ой завтрак	Сок фруктовый	150	0,50	0,10	10,10	46,00	24		10,8
Обед	Суп вермишелевый с тушенкой	250	2,41	1,91	19,01	103,24	11,1	39	6,5
	Картофель тушеный с курами	200	13,59	25,15	10,48	324,33	2,8	2\3	19,53
	Компот из лимонов	180	0,13	0,00	19,95	80,75	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Кефир	190	5,22	4,50	7,20	95,40	1,2		12,9
	Булка	30	2,31	0,90	15,03	77,70			2,3
	Яйцо варёное	40	3,05	2,76	0,17	37,68			6,88
стоимость итого									72,3
Ужин	Каша рисовая молочная	200	7,13	5,70	27,08	189,55	3,05	23	8,93
	Чай	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Булка	20	2,31	0,90	15,03	77,70			1,6
стоимость итого									93,8
Итого за шестнадцатый день			58,6	58,1	213	1645	51		