

Меню на 03.02.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 3			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Каша молочная"Дружба"	200,00	6,57	7,46	29,83	213,93	1,6	27	6,1
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	14,97	59,85	0,35	406	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
2-ой завтрак	Яблоко	110,00	0,28	0,00	6,86	32,90	3,75	386	7
Обед	Борщ на курином бульоне со сметаной	200 5	9,32	8,94	18,32	191,43	8	30	6,05
	Рожки с маслом	120,00	5,52	2,83	35,29	188,53	0,3	56	3,08
	Тефтели из мяса кур	80,00	13,81	14,12	5,69	205,27	3,15	70	15,6
	Компот из сухофруктов	180,00	0,10	0,00	18,95	76,57	3,08	100	2,91
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,63
Полдник	Крем-брюле	200,00	5,22	5,76	8,46	108,00	2,46		9
	Булочка домашняя	60,00	7,32	8,39	47,79	294,26	0,36	92	13,99
стоимость итого									74,74
Ужин	Капуста тушенная с мясом кур	200	4,29	3,12	11,61	93,62	0,9	54	19,67
	Кофейный напиток	200	3,48	3,84	20,61	131,85	1	102	1,7
	Булка	20,00	3,16	0,40	19,32	94,00			0,82
стоимость итого									96,93
Итого за третий день			66,00	64,00	276,00	1957,00	35		