

Меню на 04.03.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 4			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Омлет с икрой кабачковой	90 60	2,62	3,28	9,44	78,19	0,38	229	8,1
	Хлеб ржаной	20,00	0,70	7,70	4,50	89,20	6,8	15	6,3
	Кофе на молоке	200,00	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	38,55
	Булка	30	2,35	4,53	15,10	110,75		110	7,86
2-ой завтрак	Яблоко	100	0,28	0,00	6,86	32,90	3,5	386	5,32
Обед	Суп картофельный на к/б	200	2,41	2,64	19,03	109,85	2	83	3,08
	Гороховое пюре	120,00	5,52	2,83	35,29	188,53	7,5	108	3,1
	Котлета из мяса кур	70,00	15,30	14,97	12,76	246,85	0,4	323	29,36
	Компот " Ассорти"	180,00	0,09	0,01	15,27	63,25	3,08	386	2,91
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Рыба тушеная с овощами	80 30	9,10	9,20	0,00	119,00	24	79	43,96
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,09	101	1,2
	Булка	20,00	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9
стоимость итого									135,7
Ужин	Каша гречневая с маслом сахаром	160,00	5,52	2,83	35,29	188,53	3,15	56	4,05
	Молоко	200	4,84	5,1	17,23	135,68	0,9	96	1,1
	Булка	50,00	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9
стоимость итого									142,81
Итого за четвёртый день			70,00	71,00	282,00	1926,00	51		