МЕНЮ на 09.03.2021

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 6			Б	Ж	У				
Завтрак	**Каша гречневая с маслом и сахаром**	1605	4,96	6,07	23,87	169,85	0,38	19\1	6,5
	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	4,7
2-ой завтрак	**Сок**	100,00	0,50	0,10	10,10	46,00	24		9,4
Обед	**Салат из свеклы с черносливом**	60,00	0,78	1,06	6,14	37,97	1,5	5	2,7
	Суп с клёцками на к/б	200,00	2,99	2,32	17,95	105,02	11,9	37	6,76
	Плов с мясом кур	200	14,82	26,02	12,65	345,75	2,8	72	20,7
	Компот из сухофруктов	180,00	0,20	0,20	19,87	83,35	3,08	100	3,52
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	**Какао с молоком**	200,00	5,04	7,20	7,56	120,60	1,4	105	11,3
	Булка	30,00	3,08	1,20	20,04	103,60		110	20,65
стоимость итого									81,72
Ужин	**Каша молочная ячневая**	200,00	8,21	6,62	30,74	216,87	0,2	24	20,15
	Булка	30,00	0,03	2,90	0,05	26,44			2,3
	Кофейный напиток с сахаром	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,09	97	0,87
стоимость итого									105

Итого за шестой день			56,20	58,60	209,30	1565,00	45,5		

Б:Ж:У= 1:1:3,7