

**МЕНЮ на 15.03.2021**

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
<b>День 11</b>			Б	Ж	У				
<b>Завтрак</b>	<b>Рожки отварные с маслом и сахаром</b>	1605	4,99	4,21	36,78	205,10	34	28	4,05
	<b>Кофейный напиток на сгущённом молоке</b>	200	4,84	5,1	17,23	135,68	0,8	96	8,07
	<b>Булка с маслом и сыром</b>	30155	6,25	8,43	15,10	162,35		112	7,55
<b>2-ой завтрак</b>	<b>Сок фруктовый</b>	100	0,50	0,10	10,10	46,00	24		10,8
<b>Обед</b>	<b>Салат из тёртой моркови с курагой</b>	60,00	0,84	3,07	10,46	73,55	105	11\1	3,6
	<b>Суп рисовый на к/б</b>	200	1,70	1,76	14,26	79,87	3,3	44	6
	<b>Овощное рагу с мясом курицы</b>	200	15,63	13,05	8,11	213,92	7,3	76	18,49
	<b>Компот из изюма</b>	180	0,10	0,00	18,95	76,57	0,85	99	2,11
	<b>Хлеб ржаной</b>	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
<b>Полдник</b>	<b>Кефир</b>	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,4	105	8,12
	<b>Булка Яйцо вареное</b>	30/40	2,31	0,90	15,03	77,70			2,49
<b>стоимость итого</b>									73,07
<b>Ужин</b>	<b>Каша пшеничная молочная</b>	200	4,96	6,07	23,87	169,85	2,4	27	10,95
	<b>Чай с сахаром</b>	180,00	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	<b>Булка</b>	20,00	2,31	0,90	15,03	77,70			1,66
<b>стоимость итого</b>									
<b>Итого за одиннадцатый день</b>			63	65	245	1667	45		88,9

**Б:Ж:У=  
1:1,03:3,9**

