

Меню на 23.03.2021г.

| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры | Стоимость |
|---------------------------|--|-------------|-----------------------|-------|-------|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| | | | Б | Ж | У | | | | |
| День 17 | | | Б | Ж | У | | | | |
| Завтрак | Каша молочная ячневая | 200 | 8,21 | 6,62 | 30,74 | 216,87 | 2,1 | 24 | 8,95 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 14,97 | 59,85 | 0,08 | | 4,1 |
| | Булка с маслом | 30 10 | 2,35 | 4,53 | 15,10 | 110,75 | | 110 | 3,85 |
| 2-ой завтрак | Банан | 130 | 0,52 | 0,52 | 12,74 | 61,10 | 10 | 386 | 9,3 |
| Обед | Салат из капусты | 60,00 | 0,86 | 3,14 | 4,42 | 50,48 | 21,3 | 10\1 | 3,16 |
| | Суп картофельный на к/б | 200 | 5,30 | 3,23 | 15,16 | 111,00 | 34,5 | 40 | 5,36 |
| | Печень по-строгоновски Рис с маслом | 80 120 | 34,64 | 6,04 | 72,79 | 484,42 | 34,4 | 61 | 21,2 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 0,09 | 0,01 | 15,27 | 63,25 | 3,08 | 100 | 2,91 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94,00 | | | 1,79 |
| Полдник | Сырники из творога | 130 | 18,32 | 13,06 | 35,99 | 337,47 | 2,8 | 114 | 21,14 |
| | Кофейный напиток | 200 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 39,90 | 0,9 | 98 | 0,87 |
| стоимость итого | | | | | | | | | 83,63 |
| Ужин | Гуляш из кур с картофельным пюре | 80 150 | 2,11 | 3,22 | 5,91 | 61,49 | 0,38 | 49 | 11,8 |
| | Чай с молоком | 180 | 4,84 | 5,10 | 17,23 | 135,68 | 0,9 | 96 | 8,9 |
| | Булка | 20 | 1,54 | 0,60 | 10,02 | 51,80 | | | 1,6 |
| стоимость итого | | | | | | | | | 105,9 |
| Итого за семнадцатый день | | | 75 | 76 | 279 | 1877 | 65 | | |