

Меню на 13.04.2021г.

	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимост ь
День 12			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	7,43	6,33	26,92	195,45	3,2	21	9,85
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	14,97	59,85	1,2	102	1,3
	Булка с маслом	30 10	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,54
2-ой завтрак	Апельсин	120	0,28	0,28	6,86	32,90	3,75	386	8,56
Обед	Салат из морской капусты с яйцом	60,00	2,04	7,03	0,26	66,00	4	118	6,9
	Суп сборный на к/г бульоне со сметаной	200 10	8,85	7,90	10,78	150,16	11,2	33	7,8
	Картофельные зразы с мясом курицы	170	34,73	6,05	73,27	486,87	22,8	66	20,88
	Компот из изюма	180	0,34	0,14	19,80	88,25	0,85	99	2,3
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Запеканка творожно- манная с шоколадной подливой	150 50	14,39	7,09	19,18	200,92	0,6	84	23,8
	Кофейный напиток	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
стоимость итого									92,59
Ужин	Гречка с маслом и сахором	160	4,43	3,70	59,33	289,64	12,1	57	6,8
	Молоко	180,00	2,90	3,20	19,67	119,85	0,08	103	1,95
	Печенье	30,00	0,00	0,00	5,04	2,34			2,3
стоимость итого									103,64
Итого за двенадцатый день			78	76	299	1940	60,1		