

Меню на 11.05.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
<b>День 1</b>			Б	Ж	У				
<b>Завтрак</b>									
	<b>Плов фруктовый с изюмом</b>	200	4,57	3,64	59,26	294,54	2,1	57	6,8
	<b>Чай с сахаром</b>	180	2,84	2,00	22,08	118,00	0,3	97	7,1
	<b>Булка с маслом</b>	30 10	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
<b>2-ой завтрак</b>	<b>Сок фруктовый</b>	100	0,50	0,10	10,10	46,00	24	95	10
<b>Обед</b>	<b>Суп картофельный с геркулесом на тушенке</b>	200	2,34	2,76	13,12	88,21	25,5	35	7
	<b>Капуста тушеная с говяжий тушенкой</b>	200	15,88	14,12	9,29	229,53	34,4	66	19,03
	<b>Компот из с/фруктов</b>	180	0,23	0,00	23,93	97,47	0,85	99	2,11
	<b>Хлеб ржаной</b>	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,62
<b>Полдник</b>	<b>Какао со сгущенным молоком</b>	200	5,22	4,50	7,20	95,40	1,4	105	9,75
	<b>Булка</b>	30	3,08	1,2	20,04	103,6			2,26
<b>стоимость итого</b>									79,47
<b>Ужин</b>	<b>Каша молочная ячневая</b>	200	7,52	6,42	26,75	196,35	1,6	23	11,93
	<b>Кофейный напиток</b>	180	0	0	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	<b>Булка</b>	20	3,08	1,2	20,04	103,6			
<b>стоимость итого</b>									95
<b>Итого за первый день</b>			63,00	53,00	256,00	1691,00	85		