

Меню на 14.05.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоим ость
День 5			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Каша гречневая с маслом и сахаром	160	7,13	5,70	27,08	189,55	3,05	23	6
	Кофейный напиток с молоком	200	3,48	3,84	20,61	131,85	0,9	98	1,87
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
2-ой завтрак	Груша	140	64,00	0,32	0,32	7,84	3,75	386	7,9
Обед	Салат из свеклы	60,00	0,78	1,06	6,14	37,97	7,8	13	4,7
	Суп картофельны й на к/б с вермишелью	200,00	1,92	1,96	13,39	79,18	16,7	45	5,9
	Суфле яичное с мясом кур	160	13,16	9,42	11,56	186,18	0,9	41	19,7
	Компот из свежих яблок	200	0,34	0,14	19,80	88,25	0,85	98	2,6
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Булка с киселём	30 200	7,20	10,64	42,02	293,45	1,9	23	8,16
	Морковь тертая с сахаром	60	7,20	10,64	42,02	293,45	1,9	23	8,16
стоимость итого									65,75
Ужин	Сок фруктовый	166	0,50	0,10	10,10	46,00	24		10
	Печенье овсяное	50,00	7,50	18,50	67,00	465			3,2
стоимость итого									79
Итого за пятый день			67,30	60,60	260,00	1830,00	58		

