

Меню на 20.05.21г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 14			Б	Ж	У				
Завтрак	Пшениный кулеш	200	7,52	6,42	26,75	196,35	1,6	23	9,67
	Кофейный напиток с молоком	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
2-ой завтрак	Яблоко	100	0,32	0,32	7,84	37,60	3,75	386	6,37
Обед	Свекольник на к/б со сметаной	200 10	2,34	4,76	13,12	106,19	25,5	35	7,93
	Салат из моркови с изюмом	70	2,35	0,32	15,10	110,75	3,75	110	3,85
	Плов с мясом кур	200	13,06	10,48	5,69	169,58	3,18	70\19	15,67 4,27
	Компот из лимонов	180	0,13	0,00	19,95	80,75	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Рыбные биточки	70	9,10	9,20	0,00	119,00	1,8	79	26,88
	Чай с сахаром	200	6,60	4,11	26,04	167,93	0,06	101	1,2
	Булка	30	2,31	0,90	15,03	77,70			2,3
стоимость итого									86,91
Ужин	Рожки с маслом сахаром	160	4,29	3,21	11,01	90,23	20,1	64	18,03
	Молоко	200	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	8,9
	Булка	20	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9
стоимость итого									114,74
Итого за четырнадцатый день			67	62,8	270	1621	58,6		