

Меню на 28.05.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимо сть
			Б	Ж	У				
день 20			Б	Ж	У				
Завтрак	Омлет	110	3,80	7,77	41,02	253,07	0,38	49	10,4
	Хлеб ржаной	20	10,92	11,04	0,00	142,80			0,9
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
2-ой завтрак	Сок	100	0,80	0,20	7,50	38,00	3,75	386	5,1
Обед	Суп фасолевый на к/б	200	1,61	1,67	15,88	85,14	7,5	42	6,2
	Овощное рагу с мясом кур	200	11,99	16,79	4,98	220,68	3,35	73	31
	Компот из яблок и лимонов	180	0,10	0,00	18,95	76,57	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Печенье Овсяное	40	5,38	7,60	36,28	235,44	0,9	469	6,31
	Кофейный напиток с молоком	200	3,39	3,50	9,89	85,73	0,9	96	
Ужин	Сок фруктовый	140	0,50	0,10	10,10	46,00	24		9,7
	Вафли	50	4,40	7,00	68,40	350			3,56
Итого за двадцатый день			57,8	60,2	289	2014	43		