

Меню на 30.06.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Вита мин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 3			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Каша молочная "Дружба"	200,00	6,57	7,46	29,83	213,93	1,6	27	6,1
	чай с лимоном	200,00	0,00	0,00	14,97	59,85	0,35	406	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
2-ой завтрак	Апельсин	180	0,28	0,00	6,86	32,90	3,75	386	7
Обед	Салат "Витаминный"	50	1,42	4,09	4,63	61,92	9,9	4	2,25
	Суп рыбный из консерв « Сайра»	200	9,32	8,94	18,32	191,43	8	30	6,05
	Рожки с маслом , соус томатный	70 15	5,52	2,83	35,29	188,53	0,3	56	3,08
	Котлеты из мяса кур	105	13,81	14,12	5,69	205,27	3,15	70	15,6
	Компот из изюма	180	0,10	0,00	18,95	76,57	3,08	100	2,91
	Хлеб ржаной	34	3,16	0,40	19,32	94,00			1,63
Полдник	Крем-брюле	180	5,22	5,76	8,46	108,00	2,46		9
	Гренки с сыром	30	7,32	8,39	47,79	294,26	0,36	92	13,99
стоимость итого									74,74
Ужин	Солянка вегетарианская	160,00	4,29	3,12	11,61	93,62	0,9	54	19,67
	Чай	180	3,48	3,84	20,61	131,85	1	102	1,7
	Хлеб	15	3,16	0,40	19,32	94,00			0,82
стоимость итого									96,93
Итого за третий день			66,00	64,00	276,00	1957,00	35		