Меню на 22.07.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 19			Б	Ж	У				
Завтрак	Омлет	90							
	Хлеб ржаной Икра кабачковая	20 75	7,75	6,49	28,08	203,19	0,4	26	10,92
	Кофейный напиток с молоком	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Булка с сыром	20 10	2,35	4,53	15,10	110,75		110	
2-ой завтрак	Апельсин	160	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	7,89
Обед	Суп манный на к/б с гречками	200 20	5,43	5,80	14,40	131,63	30	41	6,65
	Овощное рагу с мясом кур	200	16,32	11,62	26,20	277,04	0,05		19,69
	Компот из кураги	180	0,10	0,00	18,95	76,57	0,95	98	3,19
	Хлеб ржаной	30	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Рыбные биточки	80	22,05	5,28	39,89	295,94	1,8	79	35,95
	Булка	30	0,00	0,00	0,00	0,00			1,6
	Чай с лимоном	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,06	101	1,2
стоимость итого									95,73
Ужин	Картофель тушеный с мясом кур	200	2,23	4,05	17,42	115,37	1,6	68	18,62
	Хлеб ржаной	20	3,16	0,40	19,32	94,00			1,34
	Чай	180	0	0	7	26,3			1,3
стоимость итого									115,9
Итого за девятнадцатый день			64	57	255	1686	45		