

Меню на 19.08.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 14			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная манная	200	7,52	6,42	26,75	196,35	1,6	23	9,67
	Чай с сахаром	200,00	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	80	0,32	0,32	7,84	37,60	3,75	386	6,37
Обед	Щи из свежей капусты на к/б	200	2,34	4,76	13,12	106,19	25,5	35	7,93
	Тефтели рыбные с рисом	80 130	13,06	10,48	5,69	169,58	3,18	70\19	15,67 4,27
	Компот из лимонов и чернослива	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	Винегрет	100	9,10	9,20	0,00	119,00	1,8	79	26,88
	Кофейный напиток с молоком	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 и 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
	Вафли	40	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		