

Меню на 30.08. 2021

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стои мость
день 19			Б	Ж	У				
Завтрак	Рожки с маслом сахаром	160	3,80	7,77	41,02	253,07	0,38	49	10,4
	Чай с сахаром	180	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 завтрак	Кисель								
Обед	Суп с клецками на к/б	200	0,65	3,05	3,45	44,47	0,48		6,9
	Голубцы слоеные	200	11,99	16,79	4,98	220,68	3,35	73	31
	Компот из 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	Кефир	180	5,38	7,60	36,28	235,44	0,9	469	6,31
	Булка	30	3,39	3,50	9,89	85,73	0,9	96	
Ужин	Каша ячневая молочная	200	0,50	0,10	10,10	46,00	24		9,7
	Кофейный напиток	200	4,40	7,00	68,40	350			3,56
	Булка	30							
Итого за двадцатый день			57,8	60,2	289	2014	43		