

Меню на 31.08.2021г.

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	Каша геркулесовая молочная	200	3,80	7,77	41,02	253,07	0,38	49	10,4
	Кофейный напиток	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-ой завтрак	Яблоко	50	0,80	0,20	7,50	38,00	3,75	386	5,1
Обед	Рассольник на к/б со сметаной	200 5	1,61	1,67	15,88	85,14	7,5	42	6,2
	Печень по – строгоновски рожки	120 80	11,99	16,79	4,98	220,68	3,35	73	31
	Компот из с/фруктов	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	Молоко	150	3,39	3,50	9,89	85,73	0,9	96	
	Булка с повидлом	30 15	0,50	0,10	10,10	46,00	24		9,7
Ужин	Рожки с маслом сахаром								
	Чай								
	Вафли								
Итого за двадцатый день			57,8	60,2	289	2014	43		