

Меню на 06.09.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 4			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Плов фруктовый	160	2,62	3,28	9,44	78,19	0,38	229	8,1
	Какао со сгущенкой	200	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	38,55
	Булка с маслом	305	2,35	4,53	15,10	110,75		110	7,86
2-ой завтрак	Сок	100	0,28	0,00	6,86	32,90	3,5	386	5,32
Обед	Салат из соленых огурцов	60	0,78	1,06	6,14	37,97	8,5	60	6,91
	Щи на к/б	200	2,41	2,64	19,03	109,85	2	83	3,08
	Жаркое по домашнему с мясом кур	200	5,52	2,83	35,29	188,53	7,5	108	3,1
	Компот из изюма	180	0,09	0,01	15,27	63,25	3,08	386	2,91
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,09	101	1,2
	Булка	30	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9
стоимость итого									135,7
Ужин	Каша пшеничная молочная	200	5,52	2,83	35,29	188,53	3,15	56	4,05
	Чай	180	4,84	5,1	17,23	135,68	0,9	96	1,1
	Булка	20	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9
стоимость итого									142,81
Итого за четвёртый день			70,00	71,00	282,00	1926,00	51		