

Меню на 29.09.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 18			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	7,32	6,06	35,65	227,85	3,2	22	10,71
	Чай	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	Сок	200	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	7,89
Обед	Салат из моркови	60	0,66	3,21	4,53	48,61	6,8	9	8,96
	Щи крестьянские на к/б со сметаной	200 16	1,92	1,75	10,03	64,80	25,5	33	6,1
	Котлета куриная с рожками	70 120	13,72	11,82	5,71	185,65	4,1	67	33,4 2,97
	Компот из кураги	180	0,34	0,14	19,80	88,25	0,85	99	2,31
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Ватрушка с творогом	80	5,74	7,00	39,41	243,90	0,36	92	17,1
	Кофейный напиток на молоке	180	3,39	3,50	14,88	105,68	0,9	96	6,31
стоимость итого									102,6
Ужин	Картофель тушеный с мясом кур	200	4,96	6,07	23,87	169,85	0,38	19\1	6,41
	Кисель	170	5,80	6,40	9,40	120,00			7,63
	Хлеб	20	2,90	3,20	4,70	60,00		110	1,6
стоимость итого									118,2
Итого за восемнадцатый день			57,8	58,5	238	1600	46		