

Меню на 05.10.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 2			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Каша геркулесовая молочная	200,00	7,45	8,50	26,95	215,28	3,2	21,102	5, 72
	Чай с сахаром и лимоном	200,00	0,00	0,00	14,97	59,85	1,2	110	1,3
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
2-ой завтрак	Банан	95,00	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	4,8
Обед	Салат из свежей капусты	60,00	2,04	7,03	0,26	66,00	3,6	32	6,16
	Рассольник со сметаной на к/б	200 5	4,09	3,50	12,99	100,51	11,8	36	6,61
	оладьи из печени с макаронами	80/130	5,20	11,76	36,64	273,64	30,2	5,6	20,1
	Компот из кураги	180,00	0,10	0,00	18,95	76,57	0,95	394	3,19
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,63
Полдник	Сырник творожный запеченный	120,00	20,64	15,89	27,17	338,37	0,8	86	12,3
	Кисель	200,00	15,83	19,15	57,46	468,43	0,9	96	6,2
стоимость итого									98,57
Ужин	Картофель тушённый с курицей	200,00	4,29	3,21	11,01	91,23	34,4	65	19,03
	Кофейный напиток с сахаром на молоке	180	3,48	3,84	20,61	131,85	0,9	98	1,87
	Булка	20,00	3,16	0,40	19,32	94,00			0,82
стоимость итого									121,37
Итого за второй день			78,00	80,00	261,00	1960,00	65		

