

Меню на 06.10.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 3			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная "Дружба"	200,00	6,57	7,46	29,83	213,93	1,6	27	6,1
	чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	14,97	59,85	0,35	406	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
2-ой завтрак	Сок	140,00	0,28	0,00	6,86	32,90	3,75	386	7
Обед	Салат "Витаминный"	75,00	1,42	4,09	4,63	61,92	9,9	4	2,25
	Суп Свекольник на курином бульоне со сметаной	250,00	9,32	8,94	18,32	191,43	8	30	6,05
	Манные зразы с мясом курицы и подливой	170 30	34,7 3	6,05	73,27	486,87	22,8	66	20,88
	Компот из лимонов	180,00	0,10	0,00	18,95	76,57	3,08	100	2,91
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,63
Полдник	Кофейный напиток	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	0,87
	Сосиска в тесте запечённая	80	6,79	5,56	36,52	223,65	0,4	90	20,1
стоимость итого									74,74
Ужин	Капуста тушённая с курами	200	4,09	3,12	11,61	93,62	0,95	41	19,67
	чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	14,97	59,85	0,35	406	1,2
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,63
стоимость итого									96,93
Итого за третий день			66,00	64,00	276,00	1957,00	35		

Б:Ж:У =
1 : 0,96 :
4,2

