

Меню на 08.10.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Вита мин С	№ рецептуры	Стоимость
День 5			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Омлет на молоке	90,00	2,62	3,28	9,44	78,19	0,38	229	8,1
	Хлеб ржаной	20,00	0,70	7,70	4,50	89,20	6,8	15	6,3
	Чай с лимоном	180,00 5,00	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	38,55
	Булка с маслом	30,00 5,00	2,35	4,53	15,10	110,75		110	7,86
2-ой завтрак	Банан	90,00	0,28	0,00	6,86	32,90	3,5	386	5,32
Обед	Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	45,00	0,78	1,06	6,14	37,97	8,5	60	6,91
	Суп картофельный на к/б	200,00	2,41	2,64	19,03	109,85	2	83	3,08
	Гречка отварная	130,00	5,52	2,83	35,29	188,53	7,5	108	3,1
	Бефстроганов из мяса кур	85,00	15,30	14,97	12,76	246,85	0,4	323	29,36
	Компот из изюма	180,00	0,09	0,01	15,27	63,25	3,08	386	2,91
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Кофейный напиток на молоке	180,00	9,10	9,20	0,00	119,00	24	79	43,96
	Печенье	30,00	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9
Ужин	Рожки отварные с маслом и сахаром	130,00	5,52	2,83	35,29	188,53	3,15	56	4,05
	Кисель	180,00	4,84	5,1	17,23	135,68	0,9	96	1,1
	Булка	30,00	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9