

Меню на 21.10.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Вита мин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 14			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная манная	200	7,52	6,42	26,75	196,35	1,6	23	9,67
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
2-ой завтрак	Апельсин	100	0,32	0,32	7,84	37,60	3,75	386	6,37
Обед	Щи из свежей капусты на к/б со сметаной	200 11	2,34	4,76	13,12	106,19	25,5	35	7,93
	Бефстроганов из кур с гречкой	85 130	13,06	10,48	5,69	169,58	3,18	70\19	15,67 4,27
	Компот из с/фруктов	180	0,13	0,00	19,95	80,75	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Тефтели рыбные запеченные	90	9,10	9,20	0,00	119,00	1,8	79	26,88
	Чай с лимоном	180	6,60	4,11	26,04	167,93	0,06	101	1,2
	Булка	30	2,31	0,90	15,03	77,70			2,3
стоимость итого									86,91
Ужин	Картофельное пюре	150	4,29	3,21	11,01	90,23	20,1	64	18,03
	Какао на молоке	180	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	8,9
	Хлеб ржаной	20	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9
стоимость итого									114,74
Итого за четырнадцатый день			67	62,8	270	1621	58,6		