

Меню на 22.11.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 16			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша гречневая с маслом и сахаром	120 5	4,96	6,07	23,87	169,85	0,38	19\1	4,54
	Чай сладкий	180	0,80	0,16	6,52	30,80	0,06	101	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,01
2-ой завтрак	Сок фруктовый	150	0,50	0,10	10,10	46,00	24		10,8
Обед	Суп полевой	200	2,41	1,91	19,01	103,24	11,1	39	6,5
	Голубцы слоёные с мясом кур	100	13,59	25,15	10,48	324,33	2,8	2\3	19,53
	Компот из чернослива	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	Ряженка	205	5,22	4,50	7,20	95,40	1,2		12,9
	Булка	30	2,31	0,90	15,03	77,70			2,3
Ужин	Вермишель молочная	200	7,13	5,70	27,08	189,55	3,05	23	8,93
	Кофейный напиток с молоком	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Булка	20	2,31	0,90	15,03	77,70			1,6
стоимость итого									93,8
Итого за шестнадцатый день			58,6	58,1	213	1645	51		

ню 22.11.2021