

Меню на 23.11.2021

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 17			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная ячневая	200	8,21	6,62	30,74	216,87	2,1	24	8,95
	Чай с сахаром и молоком	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,08		4,1
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
2-ой завтрак	Банан	95	0,52	0,52	12,74	61,10	10	386	9,3
Обед	Салат из капусты с яблоком	70,00	0,86	3,14	4,42	50,48	21,3	10\1	3,16
	Суп вермешелевый на к/б	250	5,30	3,23	15,16	111,00	34,5	40	5,36
	Картофель тушёный с говяжьей печенью	150 50	34,64	6,04	72,79	484,42	34,4	61	21,2
	Компот из сухофруктов	180	0,09	0,01	15,27	63,25	3,08	100	2,91
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Гречневый крупеник с молочным соусом	150 30	18,32	13,06	35,99	337,47	2,8	114	21,14
	Кофейный напиток	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	0,87
Ужин	Омлет с зелёным горошком	90 60	2,11	3,22	5,91	61,49	0,38	49	11,8
	Какао на молоке , булка	180 30	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	8,9