

Меню на 24.11.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 18			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	7,32	6,06	35,65	227,85	3,2	22	10,71
	Чай с лимоном	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
2-ой завтрак	Апельсин	103	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	7,89
Обед	Салат из моркови	70	0,66	3,21	4,53	48,61	6,8	9	8,96
	Щи крестьянские на к/б со сметаной	200	1,92	1,75	10,03	64,80	25,5	33	6,1
	Котлета куриная с рожками	70 130	13,72	11,82	5,71	185,65	4,1	67	33,4 2,97
	Компот из изюма	180	0,34	0,14	19,80	88,25	0,85	99	2,31
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Ватрушка с творогом	100	5,74	7,00	39,41	243,90	0,36	92	17,1
	Какао на молоке	180	3,39	3,50	14,88	105,68	0,9	96	6,31
стоимость итого									102,6
Ужин	Каша гречневая с маслом и сахаром	120 5	4,96	6,07	23,87	169,85	0,38	19\1	6,41
	Молоко	180	5,80	6,40	9,40	120,00			7,63
	Булка	20	2,90	3,20	4,70	60,00		110	1,6