

Меню на 02.12.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 4			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Омлет	90	2,62	3,28	9,44	78,19	0,38	229	8,1
	Хлеб ржаной	20	0,70	7,70	4,50	89,20	6,8	15	6,3
	Какао на молоке	200	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	38,55
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	7,86
2-ой завтрак	Банан	108	0,28	0,00	6,86	32,90	3,5	386	5,32
Обед	Суп картофельный на к/б	200	2,41	2,64	19,03	109,85	2	83	3,08
	Гороховое пюре	120	5,52	2,83	35,29	188,53	7,5	108	3,1
	Котлета из мяса кур	70	15,30	14,97	12,76	246,85	0,4	323	29,36
	Компот из чернослива	180	0,09	0,01	15,27	63,25	3,08	386	2,91
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Рыбные биточки	80	9,10	9,20	0,00	119,00	24	79	43,96
	Чай с сахаром с молоком	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,09	101	1,2
	Булка	20	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9
стоимость итого									135,7
Ужин	Каша рисовая молочная	200	5,52	2,83	35,29	188,53	3,15	56	4,05
	Кофейный напиток с молоком	200	4,84	5,1	17,23	135,68	0,9	96	1,1
	Булка	20	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9