

Меню на 16.12.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
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	Мандарин	70	0,32	0,32	7,84	37,60	3,75	386	6,37
Обед	Суп сорный овощной вегетарианский	200	2,34	4,76	13,12	106,19	25,5	35	7,93
	Рыбные биточки в соусе с рисом	90 120	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	Крем-брюле	200	6,60	4,11	26,04	167,93	0,06	101	1,2
	Булка	20	2,31	0,90	15,03	77,70			2,3
Ужин	Яйцо вареное	50	4,29	3,21	11,01	90,23	20,1	64	18,03
	Кофейный напиток	180	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	8,9
	Булка	20	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9