

Меню на 24.12.2021

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стои мость
			Б	Ж	У				
день 20									
Завтрак	Молочная вермишель	200	3,80	7,77	41,02	253,07	0,38	49	10,4
	Кофейный напиток	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	60	0,80	0,20	7,50	38,00	3,75	386	5,1
Обед	Суп фасолевый на к/б	200	1,61	1,67	15,88	85,14	7,5	42	6,2
	Ёжики мясные в томатном соусе	90 30	11,99	16,79	4,98	220,68	3,35	73	31
	Свекольная икра со сметаной	100	1,60	6,40	9,50	99,20	0,2	32	9,9
	Компот из с/фруктов	180	0,10	0,00	18,95	76,57	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Вафля	35	5,38	7,60	36,28	235,44	0,9	469	6,31
	Чай с сахаром	180	3,39	3,50	9,89	85,73	0,9	96	
Ужин	Молоко	180	0,50	0,10	10,10	46,00	24		9,7
	Булка	20	4,40	7,00	68,40	350			3,56