

Меню на 17.01.2022г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость	
			Б	Ж	У					
День 11			Б	Ж	У					
Завтрак	Рожки отварные с маслом и сахаром	130 5	4,99	4,21	36,78	205,10	34	28	4,05	
	Чай с лимоном	180	4,84	5,1	17,23	135,68	0,8	96	8,07	
	Булка с маслом	30 5	6,25	8,43	15,10	162,35		112	7,55	
2-ой завтрак	Груша	35	0,50	0,10	10,10	46,00	24		10,8	
Обед	Рассольник со сметаной на к/б	200	1,70	1,76	14,26	79,87	3,3	44	6	
	Плов рисовый с мясом кур	170	15,63	13,05	8,11	213,92	7,3	76	18,49	
	Компот из свежих яблок	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	Ацидолакт	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,4	105	8,12	
	Булка	20	2,31	0,90	15,03	77,70			2,49	
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	120	4,96	6,07	23,87	169,85	2,4	27	10,95	
	Молоко	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2	
	Булка	20	2,31	0,90	15,03	77,70			1,66	