

Меню на 16.02.2022 г

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры	Стоимость
День 13			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная овсяная	200	6,37	6,09	20,10	162,15	0,4	26	96,5
	Чай с сахаром	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	Яблоко	120	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	6,98
Обед	Салат из зеленого горошка с капустой	75	1,40	0,30	7,00	35,00	6,8	1	9
	Лапша на к/б	200	19,54	18,86	22,32	337,07	34,5	44	3,13
	Суфле яичное с мясом кур	170	0,02	2,18	0,04	19,83	0,55	71	28,3
	Компот из лимонов	180	0,09	0,01	15,27	63,25	3,08	100	2,91
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Кисель	180	5,22	5,76	8,46	108,00	2,46		9
	Творожно - манный пудинг	90	3,85	1,50	25,05	129,50			3,6
стоимость итого									94,3
Ужин	Капуста тушённая с курами	200	4,09	3,12	11,61	93,62	0,95	41	19,67
	Кофейный напиток с молоком	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Хлеб ржаной	20,00	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9