

Меню на 11.03.2022г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День10			Б	Ж	У				
Завтрак	Омлет натуральный	90	2,12	3,95	5,93	68,10	0,38	49	10,75
	Чай с лимоном	180	7,19	9,63	32,33	246,43	0,9	96	8,9
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,54
2-ой завтрак	Кисель	100	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	4,8
Обед	Суп с клецками на к/б	200	7,11	2,68	15,53	114,85	4,1	38	18,26
	Голубцы ленивые с мясом кур с отварным картофелем	120 30 100	14,01	11,46	31,04	283,36		180	19,87
	Компот из сухофруктов	180	0,13	0,00	19,95	80,75	0,95	98	3,19
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Кофейный напиток с молоком	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка	30	2,31	0,90	15,03	77,70			2,2
стоимость итого									88,06
Ужин	Кефир	185	0,50	0,10	10,10	46,00	24	95	10,8
	Пряник	25	5,50	6,50	34,90	210,9			4,5
стоимость итого									102,3
Итого за десятый день			58,6	56,3	245	1700	55		