

Меню на 17.03.2022г.

| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры | Стоимость |
|------------------------------------|---|-------------|-----------------------|-------|-------|---------------------------------|-----------|-------------|---------------|
| | | | Б | Ж | У | | | | |
| 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 лимоном | 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 | Сок | 100 | 0,32 | 0,32 | 7,84 | 37,60 | 3,75 | 386 | 6,37 |
| Обед | Щи из морской капусты на к/б со сметаной | 200 5 | 2,34 | 4,76 | 13,12 | 106,19 | 25,5 | 35 | 7,93 |
| | Гуляш из кур с отварными рожками | 85 130 | 13,06 | 10,48 | 5,69 | 169,58 | 3,18 | 70\19 | 15,67 4,27 |
| | Компот из изюма | 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 | Какао с молоком | 180 | 9,10 | 9,20 | 0,00 | 119,00 | 1,8 | 79 | 26,88 |
| | Крупеник гречневый с творогом | 160 | 2,31 | 0,90 | 15,03 | 77,70 | | | 2,3 |
| стоимость итого | | | | | | | | | 88,48 |
| Ужин | Кофейный напиток | 180 | 4,84 | 5,10 | 17,23 | 135,68 | 0,9 | 96 | 8,9 |
| | Вафля | 35 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94,00 | | | 0,9 |
| стоимость итого | | | | | | | | | |
| Итого за четырнадцатый день | | | 67 | 62,8 | 270 | 1621 | 58,6 | | |