

Меню на 24.03.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры	Стоимость
День 19			Б	Ж	У				
Завтрак	Омлет по крестьянски	100	7,75	6,49	28,08	203,19	0,4	26	10,92
	Кофейный напиток	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	
2-ой завтрак	Сок	100	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	7,89
Обед	Суп перловый на к/б	200	5,43	5,80	14,40	131,63	30	41	6,65
	Овощное рагу	200	16,32	11,62	26,20	277,04	0,05		19,69
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	18,95	76,57	0,95	98	3,19
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Крем- брюле	180,00	22,05	5,28	39,89	295,94	1,8	79	35,95
	Пряник	25	0,00	0,00	0,00	0,00			1,6
Ужин	Рожки отварные	130	2,23	4,05	17,42	115,37	1,6	68	18,62
	Хлеб пшеничный	20	3,16	0,40	19,32	94,00			1,34
	Чай с сахаром	180	0	0	7	26,3			1,3
Итого за девятнадцатый день			64	57	255	1686	45		