

Меню на 23.03.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Вита мин С	№ рецептуры	Стоимость
День 18			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная ячневая	200	7,32	6,06	35,65	227,85	3,2	22	10,71
	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	50	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	7,89
Обед	Суп овощной на к/б	200	1,92	1,75	10,03	64,80	25,5	33	6,1
	Гуляш из кур отварными рожками	80 130	13,72	11,82	5,71	185,65	4,1	67	33,4 2,97
	Компот из лимонов	180	0,34	0,14	19,80	88,25	0,85	99	2,31
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Пирожок с повидлом	95,00	5,74	7,00	39,41	243,90	0,36	92	17,1
	Какао на молоке	180	3,39	3,50	14,88	105,68	0,9	96	6,31
Ужин	Яйцо вареное	40	4,96	6,07	23,87	169,85	0,38	19\1	6,41
	Чай сладкий	180	5,80	6,40	9,40	120,00			7,63
	Хлеб	20	2,90	3,20	4,70	60,00		110	1,6
Итого за восемнадцатый день			57,8	58,5	238	1600	46		