

Меню на 06.04.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
День 8			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая ячневая молочная	200	6,64	7,59	28,13	204,00	1,95	51
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
	Бутерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Фрукты (яблоко)	50	0,40	0,40	9,80	47,00	47	83
	Салат витаминный	75	0,35	0,00	1,40	7,00	25	41
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	200 5	1,69	4,69	13,68	103,88	6,04	8
	Рулет из мяса,птицы с луком и яйцом	90	9,62	7,81	7,42	138,00	24,2	39
	Напиток лимонный	200	0,15	0,01	24,43	96,00	6,4	86
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Булочка домашняя	50	3,70	6,50	30,20	194,20	0	73
	Какао с молоком	180	3,20	3,00	22,50	129,60	1,2	90
Ужин	Картофельное пюре	150	3,05	5,24	18,06	142,00	17,95	27
	Гуляш из куриного мяса	60,00	15,56	18,72	4,77	258,24	0,8	42
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180,00	1,40	0,00	30,04	120,50	5,4	91
	Хлеб ржаной	20,00	30,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Итого за восьмой день			81,24	59,42	249,27	1762,5	135,9	