

Меню на 12.04.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры
День 12			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша боярская (пшенная с изюмом)	200	10,80	13,90	42,00	331,60	0	53
	Кофейный напиток	180,00	3,60	3,60	18,69	119,70	8,7	89
	Бутерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Фрукты (банан)	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60	83
	Свежий помидор	24	0,54	3,08	1,73	36,86	12,45	66
Обед	Свекольник вегетарианский со сметаной	200 6	3,68	7,07	8,58	118,00	19,41	12
	Печень по- строгановски	80	9,44	8,55	2,11	126,00	9,39	40
	Картофельное пюре	150	3,05	5,24	18,06	142,00	17,95	27
	Компот из сухофруктов	180	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Гренка	60	7,60	5,84	38,76	247,41	0,41	74
	Кисель	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
Ужин	Капуста тушеная с мясом кур	180	4,33	4,48	42,75	228,40	3,23	21
	Чай с сахаром	180,00	0,10	0,00	15,20	61,00	2,8	92
	Хлеб пшеничный	30,00	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
Итого за двенадцатый день			52,6	57,79	281,26	1878,22	134,74	