

Меню на 06.05.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры
День10			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет по крестьянски	90	9,01	12,51	2,24	156,25	0,49	96
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,10	0,00	15,20	61,00	2,8	92
	Бутерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Сок	100,00	1,40	0,00	30,04	120,50	5,4	91
Обед	Салат из морской капусты с саяцом	50,00	1,13	4,56	4,09	64,00	4,48	64
	Суп вермишелевый на к/б	200	6,45	5,16	21,92	148,87	6,05	10
	Плов с птицей	170	9,45	5,85	26,88	195,15	0	38
	Компот из сухофрукто	180	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	44	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Кофейный напиток	180	12,02	9,51	21,80	221,40	0,072	43/1
	Пряник	30	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
Ужин	Отварные рожки с маслом	120	0,57	0,11	18,34	77,00	28	82
	Булка	20	0,64	0,56	16,02	70	0	80/1
	Кисель	180	0,04	0,34	0,016	56	0,001	91
Итого за десятый день			52,83	47,69	247	1604,12	56,39	