

Меню на 31.05.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 7			Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,81	19,99	155,00	1	50
	Какао с молоком	180	3,20	3,00	22,50	129,60	1,2	90
	Будерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Компот из кураги	100,00	0,15	0,01	24,43	96,00	6,4	86
Обед	Салат из зеленого горошка	60,00	1,46	3,08	4,29	50,00	5,8	62
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200 5	3,52	5,98	9,78	117,43	9,74	7
	Азу из мяса кур	80,00	15,30	16,50	5,90	233,00	6,04	35
	Каша гречневая рассыпчатая	120,00	2,32	4,29	20,50	122,16	0,012	28
	Компот из сухофруктов	180,00	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	40,00	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Ленивые вареники	125,00	20,91	13,20	20,44	288,69	0,55	69
	Чай с сахаром	180,00	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
Ужин	Картофель тушеный с мясом кур	40,00	5,82	5,64	26,31	179,10	0	24
	Кисель	180	5,80	5,00	9,60	106,00	2,6	95
	Булка	30,00	1,92	1,12	31,08	134,32	0	81
<b>Итого за седьмой день</b>			72,17	68,54	262,1	1943,7	33,742	