

Меню на 10.06.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День15</b>			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>	<b>Каша манная молочная</b>	200	9,01	12,51	2,24	156,25	0,49	96
	<b>Кофейный напиток</b>	180	0,10	0,00	15,20	61,00	2,8	92
	<b>Булка с маслом</b>	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
<b>2-ой завтрак</b>	<b>Сок</b>	106	1,40	0,00	30,04	120,50	5,4	91
<b>Обед</b>	<b>Щи из морской капусты на к/б со сметаной</b>	200 4	6,45	5,16	21,92	148,87	6,05	10
	<b>Гуляш из кур с отварной гречкой</b>	70 120	9,45	5,85	26,88	195,15	0	38
	<b>Компот из изюма</b>	180	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	<b>Хлеб ржаной</b>	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
<b>Полдник</b>	<b>Булка с сыром</b>	30 9	12,02	9,51	21,80	221,40	0,072	43
	<b>Какао на молоке</b>	180	3,60	3,60	18,69	119,70	8,7	89
<b>Ужин</b>	<b>Рожки отварные с маслом</b>	130	0,57	0,11	18,34	77,00	28	82
	<b>Какао на молоке</b>	180	0,64	0,56	16,02	70	0	80/1
	<b>Печенье</b>	45						
<b>Итого за 15 день</b>			52,83	47,69	247	1604,12	56,39	