

Меню на 29.06.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 8</b>			Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>	<b>Каша вязкая ячневая молочная</b>	200	6,64	7,59	28,13	204,00	1,95	51
	<b>Чай с сахаром</b>	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
	<b>Бутерброд с маслом</b>	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
<b>2-ой завтрак</b>	<b>Фрукты (яблоко)</b>	50	0,40	0,40	9,80	47,00	47	83
<b>Обед</b>	<b>Суп гороховый на к/б</b>	200	1,69	4,69	13,68	103,88	6,04	8
	<b>Биточек куриный с отварными рожками</b>	70 130	9,62	7,81	7,42	138,00	24,2	39
	<b>Компот из сухофруктов</b>	180	0,15	0,01	24,43	96,00	6,4	86
	<b>Хлеб ржаной</b>	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
<b>Полдник</b>	<b>Молоко</b>	160	3,70	6,50	30,20	194,20	0	73
	<b>Печенье</b>	50	3,20	3,00	22,50	129,60	1,2	90
<b>Ужин</b>	<b>Капуста тушеная с мясом кур</b>	150	3,05	5,24	18,06	142,00	17,95	27
	<b>Кофейный напиток</b>	180,00	1,40	0,00	30,04	120,50	5,4	91
	<b>Хлеб ржаной</b>	30,00	30,04	0,55	15,36	80,04	0	77
<b>Итого за восьмой день</b>			81,24	59,42	249,27	1762,5	135,9	