

Меню на 30.08.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры
День 12			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша овсяная молочная	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	Компот из изюма	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60	83
Обед	Щи с мясом кур 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
	Отварной рис	120	3,05	5,24	18,06	142,00	17,95	27
	Компот из сухофруктов(курага)	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	Хлеб пшеничный с повидлом	30 33	7,60	5,84	38,76	247,41	0,41	74
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
Ужин	Гуляш из кур с гречкой	70 120	4,33	4,48	42,75	228,40	3,23	21
	Какао на молоке	180,00	0,10	0,00	15,20	61,00	2,8	92
	Хлеб пшеничный	20,00	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
Итого за двенадцатый день			52,6	57,79	281,26	1878,22	134,74	