

Меню на 20.09.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 12			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша пшенная 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	Банан	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60	83
Обед	Суп сборно-овощной со сметаной с мясом кур	200 5	3,68	7,07	8,58	118,00	19,41	12
	Оладьи из печени	90	9,44	8,55	2,11	126,00	9,39	40
	Картофельное пюре	150	3,05	5,24	18,06	142,00	17,95	27
	Компот из сухофруктов	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	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	95	7,60	5,84	38,76	247,41	0,41	74
	Чай с сахаром с лимоном	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
Ужин	Плов фруктовый со свежими яблоками	160	4,33	4,48	42,75	228,40	3,23	21
	Кисель	180,00	0,10	0,00	15,20	61,00	2,8	92
	Хлеб пшеничный	30,00	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
Итого за двенадцатый день			52,6	57,79	281,26	1878,22	134,74	