

Меню на 21.09.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецепту ры
			Б	Ж	У			
День 13			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша овсяная жидкая	200	7,26	9,48	23,49	206,79	1,35	47
	Чай с сахаром	180,00	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
	Бутерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Апельсин	100	0,40	0,40	9,80	47,00	47	83
Обед	Салат витаминный	75,00	0,66	6,06	6,36	82,80	9,24	58
	Лапша домашняя на к/б	200	14,25	14,56	10,94	229,05	2,838	13
	Суфле яичное из кур	180	10,90	13,30	2,70	174,00	0,5	41
	Напиток лимонный	180	0,15	0,01	24,43	96,00	6,4	86
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180,00	1,40	0,00	30,04	120,50	5,4	91
	Пудинг творожный запеченный	110	21,24	14,49	24,25	308,57	0,576	71
Ужин	Картофельные зразы с мясом кур	180	10,00	8,20	10,80	280,00	21	33
	Какао с молоком	180	2,90	2,40	14,30	71,10	1,2	89/1
	Хлеб пшеничный	30,00	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Итого за тринадцатый день			77,64	74,36	215,95	1937,89	95,5	