

Меню на 05.10.2022г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 3			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Каша молочная"Дружба"	200	6,57	7,46	29,83	213,93	1,6	27	6,1
	Кисель	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,35	406	1,2
	Булка	30	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
2-ой завтрак	Банан	110	0,28	0,00	6,86	32,90	3,75	386	7
Обед	Салат "Витаминный"	75	1,42	4,09	4,63	61,92	9,9	4	2,25
	Суп Свекольник на курином бульоне со сметаной	200 5	9,32	8,94	18,32	191,43	8	30	6,05
	Тефтели куриные с перловой кашей	70 120	5,52	2,83	35,29	188,53	0,3	56	3,08
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	18,95	76,57	3,08	100	2,91
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,63
Полдник	Молоко	180	5,22	5,76	8,46	108,00	2,46		9
	Булочка с повидлом	30 23	7,32	8,39	47,79	294,26	0,36	92	13,99
стоимость итого									74,74
Ужин	Картофель тушеный с мясом кур	180	4,29	3,12	11,61	93,62	0,9	54	19,67
	Кофейный напиток	180	3,48	3,84	20,61	131,85	1	102	1,7
	Булка	30	3,16	0,40	19,32	94,00			0,82
стоимость итого									96,93
Итого за третий день			66,00	64,00	276,00	1957,00	35		