Меню на 06.10.2022г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 4			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Омлет	100	2,62	3,28	9,44	78,19	0,38	229	8,1
	Чай	180	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	38,55
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	7,86
2-ой завтрак	Яблоко	120	0,28	0,00	6,86	32,90	3,5	386	5,32
Обед	Салат из моркови	75	0,78	1,06	6,14	37,97	8,5	60	6,91
	Суп «Здоровье» на к/б	200	2,41	2,64	19,03	109,85	2	83	3,08
	Гороховое пюре	120	5,52	2,83	35,29	188,53	7,5	108	3,1
	Котлета из мяса кур	80	15,30	14,97	12,76	246,85	0,4	323	29,36
	Компот из сухофруктов	180	0,09	0,01	15,27	63,25	3,08	386	2,91
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Вермишель молочная	180	9,10	9,20	0,00	119,00	24	79	43,96
	Кофейный напиток с молоком	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,09	101	1,2
	Булка	30	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9
стоимость итого									135,7
Ужин	Плов с мясом кур	200	5,52	2,83	35,29	188,53	3,15	56	4,05
	Чай	180	4,84	5,1	17,23	135,68	0,9	96	1,1
	Булка	30	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9
стоимость итого									142,81
Итого за четвертый день			70,00	71,00	282,00	1926,00	51		