

Меню на 11.01.2023 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептур ы
День 3			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша "Дружба"	200,00	6,55	8,33	35,09	241,11	1,28	48
	Кофейный напиток	180,00	1,40	0,00	30,04	120,50	5,4	91
	Бутерброд с маслом	30 8	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
2-ой завтрак	Мандарин	140	1,50	0,50	21,00	96,00	10	83
Обед	Суп вермишелевый на к/б	200	16,70	8,91	19,74	229,26	22,1	3
	Капуста тушеная с мясом кур	200	4,40	4,23	31,31	183,00	34,64	22
	Компот из кураги	180,00	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	45	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Молоко кипяченое	180	4,58	3,98	7,58	84,67	2,25	95
	Бутерброд с джемом	45 48	2,32	0,24	20,08	92,00	0,01	78
Ужин	Макаронные изделия отварные , гуляш из кур	130 80	4,78	3,91	22,92	145,99	0	25
	Чай сладкий	180	5,8	5	9,6	106	2,6	88
	Хлеб пшеничный	30,00	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
Итого за третий день			70,54	56,67	290,03	1971,84	88,88	