

Меню на 26.01.2023г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Вита мин С	№ рецептуры	Стоимость	
День 14			Б	Ж	У					
Завтрак	Вермишель молочная	200	7,43	6,33	26,92	195,45	3,2	21	9,85	
	Чай с лимоном	180	0,00	0,00	14,97	59,85	1,2	102	1,3	
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,54	
2-ой завтрак	Кисель	100	0,28	0,28	6,86	32,90	3,75	386	8,56	
Обед	Огурец свежий	20	2,04	7,03	0,26	66,00	4	118	6,9	
	Суп манный на к/б с гречками	200 20	8,85	7,90	10,78	150,16	11,2	33	7,8	
	Овощное рагу	200	34,73	6,05	73,27	486,87	22,8	66	20,88	
	Компот из яблок	180	0,34	0,14	19,80	88,25	0,85	99	2,3	
	Хлеб ржаной	20	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79	
Полдник	Рыбное суфле	120	14,39	7,09	19,18	200,92	0,6	84	23,8	
	Кофейный напиток с молоком Булка	180 30	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87	
стоимость итого									92,59	
Ужин	Плов фруктовый с изюмом	150	4,43	3,70	59,33	289,64	12,1	57	6,8	
	Молоко	150	2,90	3,20	19,67	119,85	0,08	103	1,95	
	Булка	30	0,00	0,00	5,04	2,34			2,3	