

# Меню на 17.12.2020г.

| Приём пищи                  | Наименование блюда                       | Выход блюда | Пищевые вещества(гр.) |       |       | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры | Стоимость     |
|-----------------------------|------------------------------------------|-------------|-----------------------|-------|-------|---------------------------------|-----------|-------------|---------------|
| День 14                     |                                          |             | Б                     | Ж     | У     |                                 |           |             |               |
| Завтрак                     | Каша молочная манная                     | 200         | 7,52                  | 6,42  | 26,75 | 196,35                          | 1,6       | 23          | 9,67          |
|                             | Кофейный напиток с молоком               | 200,00      | 0,00                  | 0,00  | 9,98  | 39,90                           | 0,9       | 98          | 4,87          |
|                             | Булка с маслом                           | 30 5        | 2,35                  | 4,53  | 15,10 | 110,75                          |           | 110         | 3,85          |
| 2-ой завтрак                | Апельсин                                 | 80          | 0,32                  | 0,32  | 7,84  | 37,60                           | 3,75      | 386         | 6,37          |
| Обед                        | Суп « Здоровье»на к/б                    | 250 7       | 2,34                  | 4,76  | 13,12 | 106,19                          | 25,5      | 35          | 7,93          |
|                             | Рыба тушеная с овощами картофельное пюре | 100/150     | 13,06                 | 10,48 | 5,69  | 169,58                          | 3,18      | 70\19       | 15,67<br>4,27 |
|                             | Компот из с/фруктов                      | 180         | 0,13                  | 0,00  | 19,95 | 80,75                           | 0,85      | 99          | 2,11          |
|                             | Хлеб ржаной                              | 40          | 3,16                  | 0,40  | 19,32 | 94,00                           |           |             | 1,79          |
| Полдник                     | Какао с молоком                          | 200         | 9,10                  | 9,20  | 0,00  | 119,00                          | 1,8       | 79          | 26,88         |
|                             | Печенье                                  | 50          | 2,31                  | 0,90  | 15,03 | 77,70                           |           |             | 2,3           |
| стоимость итого             |                                          |             |                       |       |       |                                 |           |             | 86,91         |
| Ужин                        | Капуста тушённый с курицей               | 200         | 4,29                  | 3,21  | 11,01 | 90,23                           | 20,1      | 64          | 18,03         |
|                             | Чай                                      | 200         | 4,84                  | 5,10  | 17,23 | 135,68                          | 0,9       | 96          | 8,9           |
|                             | Хлеб ржаной                              | 20,00       | 3,16                  | 0,40  | 19,32 | 94,00                           |           |             | 0,9           |
| стоимость итого             |                                          |             |                       |       |       |                                 |           |             | 114,74        |
| Итого за четырнадцатый день |                                          |             | 67                    | 62,8  | 270   | 1621                            | 58,6      |             |               |