

Меню на 10.02.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 8			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная ячневая	200	8,21	6,62	30,74	216,87	0,2	24	20,15
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,1
	Булка с маслом и сыром	30 5 10	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,01
2-ой завтрак	Банан	160	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	6,07
обед	Рассольник со сметаной на к/б	200 10	4,09	3,50	12,99	100,51	11,8	36	6,61
	Тефтели куриные в томатно-сметанном соусе с пшеном	70 30 100	4,65	7,45	6,64	114,19	0,08	178	20,07
	Компот из изюма	180	0,09	0,01	15,27	63,25	3,08	100	2,91
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Пирожок с повидлом	80	5,82	7,45	46,49	277,78	0,4	474	6,69
	Кофейный напиток со сгущенкой	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	0,87
стоимость итого									78,8
Ужин	Картофель тушеный с курами	2000	93,71	91,02	318,24	2457,95	30,2	59	6,9
	Кисель	200,00	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			0,89
стоимость итого									106,36
Итого за восьмой день			71,9	71,4	276	2023	61		