

Меню на 26.03.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимос ть
			Б	Ж	У				
день 20			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша гречневая с маслом сахаром	150	3,80	7,77	41,02	253,07	0,38	49	10,4
	Булка с маслом	30 10	10,92	11,04	0,00	142,80			0,9
	Чай с лимоном	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка с маслом	30 10	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
2-ой завтрак	Яблоко	123	0,80	0,20	7,50	38,00	3,75	386	5,1
	Суп фасолевый на к/б	200	1,61	1,67	15,88	85,14	7,5	42	6,2
	Ёжики куриные	90	11,99	16,79	4,98	220,68	3,35	73	31
	Свекла тушеная	130	1,60	6,40	9,50	99,20	0,2	32	9,9
	Компот из с/фруктов	180	0,10	0,00	18,95	76,57	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Печенье " Юбилейное"	45	5,38	7,60	36,28	235,44	0,9	469	6,31
	Кофейный напиток со сгущенкой	200	3,39	3,50	9,89	85,73	0,9	96	
Ужин	Сок	230	0,50	0,10	10,10	46,00	24		9,7
	Булка	30	4,40	7,00	68,40	350			3,56
Итого за двадцатый день			57,8	60,2	289	2014	43		