Меню на 23.06 2021

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 18			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	7,32	6,06	35,65	227,85	3,2	22	10,71
	Чай с лимоном	200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
2-ой завтрак	Яблоко	115	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	6,98
Обед	Салат из морской капусты с яйцом	60,00	2,04	7,03	0,26	66,00	4	118	6,9
	Ши из свежей капусты на к/б	250 7	2,34	4,76	13,12	106,19	25,5	35	7,93
	Котлета куриная с рожками	70 130	13,72	11,82	5,71	185,65	4,1	67	33,4 2,97
	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	Ватрушка с творогом	100,00	5,74	7,00	39,41	243,90	0,36	92	17,1
	Кофейный напиток с сахаром	180	3,48	3,84	20,61	131,85	0,9	98	1,87
стоимость итого									102,6
Ужин	Каша геркулесовая молочная	200	7,43	6,33	26,92	195,45	3,2	21	9,85
	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка	20	2,90	3,20	4,70	60,00		110	1,6
стоимость итого									118,2
Итого за восемнадцатый день			57,8	58,5	238	1600	46		

Б:Ж:У=
1:1:4