

Меню на 29.06.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 2			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Каша геркулесовая молочная	200,00	7,45	8,50	26,95	215,28	3,2	21,102	5, 72
	Чай с сахаром и лимоном	200,00	0,00	0,00	14,97	59,85	1,2	110	1,3
	Булка с маслом	30 10	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
2-ой завтрак	Яблоко	100,00	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	6,07
Обед	Салат из морской капусты с вареным яйцом	60,00	2,04	7,03	0,26	66,00	3,6	32	6,16
	Щи из свежей капусты на тушен.	250,00	2,34	2,76	13,12	88,21	25,5	35	7
	Печень по-строгановски с рисом	0,67	11,92	11,65	4,48	170,58	0,09	172	23,35
	Компот из с/фруктов	180,00	0,23	0,00	23,93	97,47	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,63
Полдник	Запеканка творожно-манная с киселем	150 50	14,39	7,09	19,18	200,92	0,6	84	23,8
	Какао на молоке	200,00	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	38,55
стоимость итого									98,57
Ужин	Картофель тушённый с курицей	200	4,29	3,21	11,01	90,23	20,1	64	18,03

	Чай с сахаром	200	6,60	4,11	26,04	167,93	0,06	101	1,2
	Хлеб	20,00	3,16	0,40	19,32	94,00			0,82