

Меню на 19.07.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 16			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша гречневая с маслом и сахаром	1605	4,96	6,07	23,87	169,85	0,38	19\1	4,54
	Какао со сгущенкой	200	0,80	0,16	6,52	30,80	0,06	101	1,2
	Булка с маслом	305	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,01
2-ой завтрак	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00	24		10,8
Обед	Салат из свеклы	60	0,75	5,05	4,40	65,95	2,2	48	1,74
	Суп картофельный	200	2,41	1,91	19,01	103,24	11,1	39	6,5
	Голубцы слоёные с мясом кур	160	13,59	25,15	10,48	324,33	2,8	2\3	19,53
	Компот из изюма	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	Снежок	200	5,22	4,50	7,20	95,40	1,2		12,9
	Булка	30	2,31	0,90	15,03	77,70			2,3
	Яйцо варёное	40	3,05	2,76	0,17	37,68			6,88
стоимость итого									72,3
Ужин	Каша манная молочная	200	7,13	5,70	27,08	189,55	3,05	23	8,93
	Чай	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Булка	30	2,31	0,90	15,03	77,70			1,6
стоимость итого									93,8
Итого за шестнадцатый день			58,6	58,1	213	1645	51		

