

Меню на 21.07.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
<b>День 18</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>				
<b>Завтрак</b>	<b>Каша молочная рисовая</b>	200	7,32	6,06	35,65	227,85	3,2	22	10,71
	<b>Кофе с молоком</b>	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	<b>Булка с маслом</b>	30 10	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
<b>2-ой завтрак</b>	<b>Яблоко</b>	100	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	7,89
<b>Обед</b>	<b>Щи на к/б со сметаной</b>	200 10	1,92	1,75	10,03	64,80	25,5	33	6,1
	<b>Котлета куриная с рожками</b>	70 120	13,72	11,82	5,71	185,65	4,1	67	33,4 2,97
	<b>Компот из кураги</b>	180	0,34	0,14	19,80	88,25	0,85	99	2,31
	<b>Хлеб ржаной</b>	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
<b>Полдник</b>	<b>Запеканка творожно - манная с шоколадной подливой</b>	150 50	5,74	7,00	39,41	243,90	0,36	92	17,1
	<b>Чай</b>	180	3,39	3,50	14,88	105,68	0,9	96	6,31
<b>стоимость итого</b>									102,6
<b>Ужин</b>	<b>Каша гречневая с маслом и сахаром</b>	160 5	4,96	6,07	23,87	169,85	0,38	19\1	6,41
	<b>Молоко</b>	200	5,80	6,40	9,40	120,00			7,63
	<b>Печенье</b>	40	2,90	3,20	4,70	60,00		110	1,6
<b>стоимость итого</b>									118,2
<b>Итого за восемнадцатый день</b>			57,8	58,5	238	1600	46		