

Меню на 11.08.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 8			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная ячневая	200	8,21	6,62	30,74	216,87	0,2	24	20,15
	Кофейный напиток	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,1
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,01
2-ой завтрак	Апельсин	110	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	6,07
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0,66	2,21	4,53	39,62	6,8	9	7,8
	Рассольник со сметаной на к/б	200 7	4,09	3,50	12,99	100,51	11,8	36	6,61
	Картофель тушеный с мясом кур	200	4,65	7,45	6,64	114,19	0,08	178	20,07
	Компот из лимонов	180	0,09	0,01	15,27	63,25	3,08	100	2,91
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Ватрушка с творогом	60	5,82	7,45	46,49	277,78	0,4	474	6,69
	Молоко	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	0,87
стоимость итого									78,8
Ужин	Рожки с маслом сахаром	160	93,71	91,02	318,24	2457,95	30,2	59	6,9
	Молоко	160	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	8,9
	Булка	30	3,16	0,40	19,32	94,00			0,89
стоимость итого									106,36
Итого за восьмой день			71,9	71,4	276	2023	61		