

Меню на 13.08.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоим ость
День10			Б	Ж	У				
Завтрак	Вермишель молочная	200	2,12	3,95	5,93	68,10	0,38	49	10,75
	Кофейный напиток на молоке	180	7,19	9,63	32,33	246,43	0,9	96	8,9
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,54
2-ой завтрак	Сок	100	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	4,8
Обед	Свекольник на к/б	200	7,11	2,68	15,53	114,85	4,1	38	18,26
	Плов из курицы	200	14,01	11,46	31,04	283,36		180	19,87
	Компот из кураги	180	0,13	0,00	19,95	80,75	0,95	98	3,19
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Кисель	200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка	30	2,31	0,90	15,03	77,70			2,2
стоимость итого									85
Ужин	Чай с лимоном	200	0,50	0,10	10,10	46,00	24	95	10,8
	Печенье	40	5,50	6,50	34,90	210,9			4,5
стоимость итого									102,3
Итого за десятый день			58,6	56,3	245	1700	55		