

Меню на 08.09.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 3			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Каша молочная "Дружба"	180	6,57	7,46	29,83	213,93	1,6	27	6,1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,35	406	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
2-ой завтрак	Апельсин	100	0,28	0,00	6,86	32,90	3,75	386	7
Обед	Салат "Витаминный"	40	1,42	4,09	4,63	61,92	9,9	4	2,25
	Суп рыбный	200	9,32	8,94	18,32	191,43	8	30	6,05
	Рожки с маслом	40	5,52	2,83	35,29	188,53	0,3	56	3,08
	Гуляш из мяса кур	90	13,81	14,12	5,69	205,27	3,15	70	15,6
	Компот из сухофруктов	180	0,10	0,00	18,95	76,57	3,08	100	2,91
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,63
Полдник	Крем-брюле	180	5,22	5,76	8,46	108,00	2,46		9
	Булка	25	7,32	8,39	47,79	294,26	0,36	92	13,9 9
стоимость итого									74,7 4
Ужин	Капуста тушенная	180	4,29	3,12	11,61	93,62	0,9	54	19,6 7
	Чай с сахаром	180	3,48	3,84	20,61	131,85	1	102	1,7
	Булка	20,00	3,16	0,40	19,32	94,00			0,82
стоимость итого									96,9 3
Итого за третий день			66,00	64,00	276,00	1957,00	35		