

Меню на 13.0902021г

День 6			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша гречневая с маслом и сахаром	160 5	4,96	6,07	23,87	169,85	0,38	19\1	6,5
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
2-ой завтрак	Сок	110	0,50	0,10	10,10	46,00	24		9,4
Обед	Суп Картофельный на к/б	200	2,99	2,32	17,95	105,02	11,9	37	6,76
	Гуляш из мяса кур макароны	90 100	14,82	26,02	12,65	345,75	2,8	72	20,7
	Компот из сухофруктов	180	0,20	0,20	19,87	83,35	3,08	100	3,52
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Кефир	180	5,04	7,20	7,56	120,60	1,4	105	11,3
	Гренка	40	3,08	1,20	20,04	103,60		110	20,65
стоимость итого									81,72
Ужин	Каша молочная ячневая	180	8,21	6,62	30,74	216,87	0,2	24	20,15
	Булка	30	0,03	2,90	0,05	26,44			2,3
	Кофейный напиток с сахаром на молоке	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,09	97	0,87
стоимость итого									105
Итого за шестой день			56,20	58,60	209,30	1565,00	45,5		