

Меню на 17.092021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выхо д блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическ ая ценность (ккал.)	Витами н С	№ рецептур ы
День10			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет с кабачковой икрой	110 70	2,12	3,95	5,93	68,10	0,38	49
	Кофейный напиток	180	7,19	9,63	32,3 3	246,43	0,9	96
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,1 0	110,75		110
2-ой завтрак	Сок	110	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386
Обед	Салат из капусты	60	1,23	3,07	3,60	47,73	21,3	4
	Суп картофельный на к/б	200	7,11	2,68	15,5 3	114,85	4,1	38
	Плов из курицы	200	14,0 1	11,4 6	31,0 4	283,36		180
	Компот из кураги	180	0,13	0,00	19,9 5	80,75	0,95	98
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,3 2	94,00		
Полдник	Булочка домашняя	80	2,49	7,28	14,7 3	135,15	9,9	14
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,9 7	59,85	0,06	101
	Булка	30	2,31	0,90	15,0 3	77,70		
стоимост ь итого								
Ужин	Сок фруктовый	200	0,50	0,10	10,1 0	46,00	24	95
	Вафли	50	5,50	6,50	34,9 0	210,9		
стоимост ь итого								