

Меню на 11.11.2021г.

Приём пищи	Наименова ние блюда	Выхо д блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетичес кая ценность (ккал.)	Вита мин С	№ рецептур ы	Стоимос ть
День 9			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	7,32	6,06	35,65	227,85	3,2	22	10,71
	Кофейный напиток с молоком	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,54
2-ой завтрак	Апельсин	92	0,28	0,00	6,86	32,90	3,7	386	7,8
Обед	Салат из морской капусты с яйцом	60	0,75	5,05	4,40	65,95	2,9	6	2,9
	Суп гороховый на к/б с гренками	200 30	7,11	2,68	15,53	114,85	7,5	42	7,81
	Рыбные биточки с пикши , отварные рожки	70 130	39,3 3	6,37	82,89	546,67	30,5	59	19,32
	Компот из изюма	180	0,13	0,00	19,95	80,75	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	30	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Булка с сыром	30 6	0,10	0,01	0,55	2,80			2,3
	Чай с лимоном	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,06	101	1,2
стоимость итога								54	86,65
Ужин	Солянка с курами	200	60,0 8	49,1 0	296,6 6	1773,30	0,9	104	17,6
	Кофейный напиток	180	0	0	7	26,3	0,85	406	1,3
	Хлеб	42	1,58	0,20	9,66	47,00			1,6