

Меню на 16.11.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 12			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша ячневая молочная	200	7,43	6,33	26,92	195,45	3,2	21	9,85
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	14,97	59,85	1,2	102	1,3
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,54
2-ой завтрак	Банан	95	0,28	0,28	6,86	32,90	3,75	386	8,56
Обед	Салат из капусты	60	2,04	7,03	0,26	66,00	4	118	6,9
	Суп сборный на к/г бульоне со сметаной	200	8,85	7,90	10,78	150,16	11,2	33	7,8
	Картофельные зразы с мясом курицы и подливой	170 30	34,73	6,05	73,27	486,87	22,8	66	20,88
	Компот из лимона	180	0,34	0,14	19,80	88,25	0,85	99	2,3
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Запеканка творожно-манная с молочным соусом	120 30	14,39	7,09	19,18	200,92	0,6	84	23,8
	Какао на молоке	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
стоимость итого									92,59
Ужин	Плов фруктовый с яблоками	160	4,43	3,70	59,33	289,64	12,1	57	6,8
	Чай с сахаром и молоком	180,00	2,90	3,20	19,67	119,85	0,08	103	1,95
	Булка	30,00	0,00	0,00	5,04	2,34			2,3
стоимость итого									103,64
Итого за двенадцатый день			78	76	299	1940	60,1		