

Меню на 17.11.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоим ость
			Б	Ж	У				
День 13			Б	Ж	У				
Завтрак	Пшённый кулеш	200	6,37	6,09	20,10	162,15	0,4	26	96,5
	Чай с сахаром	180	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	3,85
2-ой завтрак	Яблоко	85	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	6,98
Обед	Лапша домашняя на к/б	250	19,54	18,86	22,32	337,07	34,5	44	3,13
	Суфле яичное с мясом кур, салат из отварной свеклы с растительным маслом	170	0,02	2,18	0,04	19,83	0,55	71	28,3
	Компот из изюма	180	0,09	0,01	15,27	63,25	3,08	100	2,91
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Крем-брюле	200	5,22	5,76	8,46	108,00	2,46		9
	Домашняя выпечка «плюшка»	60	3,85	1,50	25,05	129,50			3,6
Ужин	Капуста тушённая с курами	200	4,09	3,12	11,61	93,62	0,95	41	19,67
	Кофейный напиток	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Хлеб ржаной	20	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9