

Меню на 18.11.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 14			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша молочная манная	200	7,52	6,42	26,75	196,35	1,6	23	9,67
	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	3,85
2-ой завтрак	Мандарин	100	0,32	0,32	7,84	37,60	3,75	386	6,37
Обед	Свекольник на к/б со сметаной	200 8	2,34	4,76	13,12	106,19	25,5	35	7,93
	Бефстроганов из кур с гречкой	85 120	13,06	10,48	5,69	169,58	3,18	70\19	15,6 7 4,27
	Компот из свежих яблок	180	0,13	0,00	19,95	80,75	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Котлета рыбная с пикши	70	9,10	9,20	0,00	119,00	1,8	79	26,8 8
	Чай с сахаром	200	6,60	4,11	26,04	167,93	0,06	101	1,2
	Булка	30	2,31	0,90	15,03	77,70			2,3
стоимость итого									86,9 1
Ужин	Картофель тушённый с курицей	200	4,29	3,21	11,01	90,23	20,1	64	18,0 3
	Какао на молоке	180	4,84	5,10	17,23	135,68	0,9	96	8,9
	Хлеб ржаной	20	3,16	0,40	19,32	94,00			0,9
стоимость итого									114, 74
Итого за четырнадцатый день			67	62,8	270	1621	58,6		