

Меню на 25.11.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
			Б	Ж	У				
День 19			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша "Боярская"	200	7,75	6,49	28,08	203,19	0,4	26	10,92
	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	
2-ой завтрак	Яблоко	85	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	7,89
Обед	Салат из капусты с зеленым горошком	70	0,65	3,05	3,45	44,47	1,5	11	1,98
	Суп манный на к/б с гречками	200 30	5,43	5,80	14,40	131,63	30	41	6,65
	Тефтели куриные в томатном соусе картофельное пюре	90 150	16,32	11,62	26,20	277,04	0,05		19,69
	Компот из кураги	180	0,10	0,00	18,95	76,57	0,95	98	3,19
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Рыбное суфле из пикши	180	22,05	5,28	39,89	295,94	1,8	79	35,95
	Булка	20	0,00	0,00	0,00	0,00			1,6
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,06	101	1,2
стоимость итого									95,73
Ужин	Плов рисовый с мясом кур	170	2,23	4,05	17,42	115,37	1,6	68	18,62
	Хлеб ржаной	30	3,16	0,40	19,32	94,00			1,34
	Кисель	180	0	0	7	26,3			1,3