

Меню на 01.12.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептур ы	Сто имос ть
День 3			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Каша молочная "Дружба"	200	6,57	7,46	29,83	213,93	1,6	27	6,1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,35	406	1,2
	Булка с сыром	30 15	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
2-ой завтрак	Груша	107	0,28	0,00	6,86	32,90	3,75	386	7
Обед	Салат "Витаминный"	75	1,42	4,09	4,63	61,92	9,9	4	2,25
	Суп свекольник на курином бульоне со сметаной	200 8	9,32	8,94	18,32	191,43	8	30	6,05
	Гречка	120	5,52	2,83	35,29	188,53	0,3	56	3,08
	Гуляш из мяса кур	80	13,81	14,12	5,69	205,27	3,15	70	15,6
	Компот из лимонов	180	0,10	0,00	18,95	76,57	3,08	100	2,91
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,63
Полдник	Сырники из творога со сгущенным молоком	125 30	5,22	5,76	8,46	108,00	2,46		9
	Кисель	180							
Ужин	Рожки с маслом и сахаром	130 5	4,29	3,12	11,61	93,62	0,9	54	19,6 7
	Какао на молоке	180	3,48	3,84	20,61	131,85	1	102	1,7
	Булка	20	3,16	0,40	19,32	94,00			0,82