

Меню на 09.12.2021

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Вита мин С	№ рецептуры	Стоимость	
День 9			Б	Ж	У					
Завтрак	Каша молочная рисовая	200	7,32	6,06	35,65	227,85	3,2	22	10,71	
	Чай с лимоном	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	4,54	
2-ой завтрак	Апельсин	113	0,28	0,00	6,86	32,90	3,7	386	7,8	
Обед	Салат свежей капусты	60,00	0,75	5,05	4,40	65,95	2,9	6	2,9	
	Суп гороховый на к/б	200	7,11	2,68	15,53	114,85	7,5	42	7,81	
	Котлета рыбная с пикши с картофельным пюре	70 150	39,33	6,37	82,89	546,67	30,5	59	19,32	
	Компот из кураги	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	Булочка домашняя	60	23,71	10,25	29,06	304,55	1,8	79	21,3	
	Кофейный напиток с молоком	200	0,00	0,00	9,98	39,90	0,06	101	1,2	
Ужин	Каша гречневая с маслом с сахаром	120	60,08	49,10	296,66	1773,30	0,9	104	17,6	
	Молоко ,булка	180 20	0	0	7	26,3	0,85	406	1,3	