

Меню на 10.12.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День10			Б	Ж	У				
Завтрак	Суп вермишелевый молочный	200	2,12	3,95	5,93	68,10	0,38	49	10,75
	Какао на молоке	200	7,19	9,63	32,33	246,43	0,9	96	8,9
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,54
Обед	Щи крестьянские на к/б со сметаной	200 10	7,11	2,68	15,53	114,85	4,1	38	18,26
	Плов из курицы	170	14,01	11,46	31,04	283,36		180	19,87
	Компот из сухофруктов	180	0,13	0,00	19,95	80,75	0,95	98	3,19
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Винегрет овощной	150	2,49	7,28	14,73	135,15	9,9	14	6,5
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка	30	2,31	0,90	15,03	77,70			2,2
Ужин	Сок фруктовый	143	0,50	0,10	10,10	46,00	24	95	10,8
	Булка	20	5,50	6,50	34,90	210,9			4,5