

Меню на 17.12.2021г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецепту ры	Стоимо сть
День 15			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша пшенная молочная	200	6,55	5,06	26,14	177,55	3,05	23	8,93
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
2-ой завтрак	Мандарин	70	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	7,1
Обед	Салат « Витаминный»	75	0,47	3,06	1,26	35,52	6	2	2,95
	Свекольник на к/б со сметаной	200 10	16,64	17,44	13,80	278,74	16,7	32	5,61
	Пирожок с отварным мясом кур	150	2,23	4,05	17,42	115,37	34,4	68	20,88
	Компот из чернослива	180	0,05	0,00	18,95	63,03	0,95	98	3,19
	Хлеб ржаной	30	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Молоко	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Печенье « Сахарное»	40	6,79	5,56	36,52	223,65	0,4	90	20,1
Ужин	Булка	20	0,50	0,10	10,10	46,00	24		10,8
	Ряженка	140	0,50	0,00	80,80	310,00			4,96