

Меню на 28.01.2022г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
день 20			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша манная молочная	200	3,80	7,77	41,02	253,07	0,38	49	10,4
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка	30	2,35	4,53	15,10	110,75		110	3,85
Обед	Суп картофельный на говядине	200	1,61	1,67	15,88	85,14	7,5	42	6,2
	Плов рисовый с куриным мясом	170	11,99	16,79	4,98	220,68	3,35	73	31
	Компот из изюма	180	0,10	0,00	18,95	76,57	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Булка с маслом	30 5	5,38	7,60	36,28	235,44	0,9	469	6,31
	Кофейный напиток	180	3,39	3,50	9,89	85,73	0,9	96	
Ужин	Сок фруктовый	142	0,50	0,10	10,10	46,00	24		9,7
	Печенье	25	4,40	7,00	68,40	350			3,56