

Меню на 11.02.2022г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День10			Б	Ж	У				
Завтрак	Омлет натуральный	95	2,12	3,95	5,93	68,10	0,38	49	10,75
	Чай с лимоном	180	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
2-ой завтрак	Кисель	150,00	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	4,8
Обед	Салат из свеклы и черносливом	60,00	1,23	3,07	3,60	47,73	21,3	4	3,08
	Суп вермишелевый на к/б	200	7,11	2,68	15,53	114,85	4,1	38	18,26
	Плов рисовый с курицей	160	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	Ряженка	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Печенье «Курабье»	70	2,31	0,90	15,03	77,70			2,2
Ужин	Сок фруктовый	200	0,50	0,10	10,10	46,00	24	95	10,8
	Вафли	50	5,50	6,50	34,90	210,9			4,5