

Меню на 01.03.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоим ость
День 2			Б	Ж	У				
Завтрак									
	Каша геркулесовая молочная	200,00	7,45	8,50	26,95	215,28	3,2	21,102	5, 72
	Чай с сахаром и лимоном	180,00	0,00	0,00	14,97	59,85	1,2	110	1,3
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,7
2 завтрак	Яблоко	50							
Обед	Салат из свеклы с черносливом	60,00	2,04	7,03	0,26	66,00	3,6	32	6,16
	Суп картофельный на к/б	200,00	2,77	2,80	14,51	95,04	23,1	37	5,23
	Бефстроганов из кур с рисом	80 120	11,92	11,65	4,48	170,58	0,09	172	23,35
	Компот из сухофруктов	180,00	0,10	0,00	18,95	76,57	0,95	394	3,19
	Хлеб ржаной	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00			1,63
Полдник	Сырник творожный запеченный	100,00	20,64	15,89	27,17	338,37	0,8	86	12,3
	Кисель	180,00	15,83	19,15	57,46	468,43	0,9	96	6,2
стоимость итого									94,84
Ужин	Каша манная молочная	200,00	4,29	3,21	11,01	91,23	34,4	65	19,03
	Кофейный напиток с сахаром	180	3,48	3,84	20,61	131,85	0,9	98	1,87
	Булка	30,00	3,16	0,40	19,32	94,00			0,82

