Меню на 14.03.2022г.

Приём пищи	**Наименование блюда**	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	**Витамин С**	**№ рецептуры**	**Стоимость**
День 11			Б	Ж	У				
Завтрак	**Рожки отварные с маслом и сахаром**	130 5	4,99	4,21	36,78	205,10	34	28	4,05
	Какао на сгущённом молоке	180	4,84	5,1	17,23	135,68	0,8	96	8,07
	Булка с маслом	30 5	6,25	8,43	15,10	162,35		112	7,55
Обед	**Салат из капусты**	50	0,84	3,07	10,46	73,55	105	11\1	3,6
	Суп гречневый на к/б	200	1,70	1,76	14,26	79,87	3,3	44	6
	Куриный рулет с яйцом	90	15,63	13,05	8,11	213,92	7,3	76	18,49
	Чай с сахаром	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	**Ряженка**	170	5,22	4,50	7,20	95,40	1,4	105	8,12
	Булка	30	2,31	0,90	15,03	77,70			2,49
									89,5
Ужин	**Каша ячневая молочная**	200	4,96	6,07	23,87	169,85	2,4	27	10,95
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	14,97	59,85	0,06	101	1,2
	Булка	20	2,31	0,90	15,03	77,70			1,66
стоимость итого									