

Меню на 15.03.2022г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 12			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша "Боярская" молочная	200	7,43	6,33	26,92	195,45	3,2	21	9,85
	Кофейный напиток	180	0,00	0,00	14,97	59,85	1,2	102	1,3
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,54
2-ой завтрак	Банан	90	0,28	0,28	6,86	32,90	3,75	386	8,56
Обед	Суп сборный на к/б	200	8,85	7,90	10,78	150,16	11,2	33	7,8
	Картошка тушена с говяжий печенью	180	34,73	6,05	73,27	486,87	22,8	66	20,88
	Компот из сухофруктов	180	0,34	0,14	19,80	88,25	0,85	99	2,3
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Ватрушка с творогом	95	14,39	7,09	19,18	200,92	0,6	84	23,8
	Чай сладкий	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
стоимость итого									95,09
Ужин	Плов фруктовый с яблоками	160	4,43	3,70	59,33	289,64	12,1	57	6,8
	Кисель	180	2,90	3,20	19,67	119,85	0,08	103	1,95
	Булка	20	0,00	0,00	5,04	2,34			2,3