

Меню на 18.03.2022 г.

| Приём пищи             | Наименование блюда                     | Выход блюда | Пищевые вещества(гр.) |       |       | Энергетическая ценность (ккал.) | Витамин С | № рецептуры | Стоимость |
|------------------------|----------------------------------------|-------------|-----------------------|-------|-------|---------------------------------|-----------|-------------|-----------|
| <b>День 15</b>         |                                        |             | Б                     | Ж     | У     |                                 |           |             |           |
| <b>Завтрак</b>         | <b>Вермишель молочная</b>              | 200         | 6,55                  | 5,06  | 26,14 | 177,55                          | 3,05      | 23          | 8,93      |
|                        | <b>Кофейный напиток</b>                | 180,00      | 0,00                  | 0,00  | 14,97 | 59,85                           | 0,06      | 101         | 1,2       |
|                        | <b>Булка с маслом</b>                  | 30 5        | 2,35                  | 4,53  | 15,10 | 110,75                          |           | 110         | 3,85      |
| <b>2-ой завтрак</b>    | <b>Яблоко</b>                          | 50          | 0,32                  | 0,00  | 7,84  | 37,60                           | 3,75      | 386         | 7,1       |
| <b>Обед</b>            | <b>Борщ вегетарианский со сметаной</b> | 200 4       | 16,64                 | 17,44 | 13,80 | 278,74                          | 16,7      | 32          | 5,61      |
|                        | <b>Котлета рыбная с отварным рисом</b> | 80 120      | 2,23                  | 4,05  | 17,42 | 115,37                          | 34,4      | 68          | 20,88     |
|                        | <b>Чай с сахаром</b>                   | 180         | 0,05                  | 0,00  | 18,95 | 63,03                           | 0,95      | 98          | 3,19      |
|                        | <b>Хлеб ржаной</b>                     | 40          | 3,16                  | 0,40  | 19,32 | 94,00                           |           |             | 1,79      |
| <b>Полдник</b>         | <b>Молоко</b>                          | 180,00      | 0,00                  | 0,00  | 9,98  | 39,90                           | 0,9       | 98          | 4,87      |
|                        | <b>Печенье</b>                         | 26          | 6,79                  | 5,56  | 36,52 | 223,65                          | 0,4       | 90          | 20,1      |
| <b>стоимость итого</b> |                                        |             |                       |       |       |                                 |           |             | 88,79     |
| <b>Ужин</b>            | <b>Яйцо вареное</b>                    | 40          | 0,50                  | 0,10  | 10,10 | 46,00                           | 24        |             | 10,8      |
|                        | <b>Сок</b>                             | 125         | 0,50                  | 0,00  | 80,80 | 310,00                          |           |             | 4,96      |
|                        | <b>Хлеб</b>                            | 20          |                       |       |       |                                 |           |             |           |