

Меню на 21.03.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры	Стоимость
День 16			Б	Ж	У				
Завтрак	Картофельное пюре с маслом	130 5	4,96	6,07	23,87	169,85	0,38	19\1	4,54
	Чай с сахаром	180	0,80	0,16	6,52	30,80	0,06	101	1,2
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,01
2-ой завтрак	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00	24		10,8
Обед	Суп полевой на к/б	200	2,41	1,91	19,01	103,24	11,1	39	6,5
	Голубцы слоёные с мясом кур	120	13,59	25,15	10,48	324,33	2,8	2\3	19,53
	Компот из изюма	180	0,13	0,00	19,95	80,75	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Кефир	160,00	5,22	4,50	7,20	95,40	1,2		12,9
	Булка	30	2,31	0,90	15,03	77,70			2,3
стоимость итого									86,75
Ужин	Вермишель молочная	200	7,13	5,70	27,08	189,55	3,05	23	8,93
	Кофейный напиток	180	0,00	0,00	9,98	39,90	0,9	98	4,87
	Булка	20	2,31	0,90	15,03	77,70			1,6
стоимость итого									
Итого за шестнадцатый день			58,6	58,1	213	1645	51		