

Меню на 20.04.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Вита мин С	№ рецептуры
День 18			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная ячневая	200	6,64	7,59	28,13	204,00	1,95	51
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
	Бутерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Фрукты (яблоко)	50	0,40	0,40	9,80	47,00	47	83
Обед	Салат из свежих огурцов и помидоров	30	0,70	3,05	8,38	63,00	1,8	59
	Суп овощной на к/б	200	3,52	5,98	9,78	117,43	9,74	7
	Котлеты куриные	80	16,08	20,60	18,63	327,38	0,81	36
	Рожки отварные	130	3,41	6,33	28,09	183,13	0	21
	Компот из сухофруктов	180	0,15	0,01	24,43	96,00	6,4	86
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Бутерброд с повидлом	30 25	6,18	10,15	35,55	275,01	0,8	72
	Кофейный напиток	180	3,20	3,00	22,50	129,60	1,2	90
Ужин	Картофельное пюре с гуляшом из мяса кур	150 50	5,80	5,00	9,60	106,00	2,6	95
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	13,5	54,0	0	75
	Хлеб ржаной	20	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77