

Меню на 28.06.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
День 7			Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,81	19,99	155,00	1	50
	Какао с молоком	180	3,20	3,00	22,50	129,60	1,2	90
	Будерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Компот из сухофруктов	100,00	0,15	0,01	24,43	96,00	6,4	86
Обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200 5	3,52	5,98	9,78	117,43	9,74	7
	Азу из отварного мяса кур	70,00	15,30	16,50	5,90	233,00	6,04	35
	Картофельное пюре	150,00	2,32	4,29	20,50	122,16	0,012	28
	Компот из кураги	180,00	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	40,00	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Ленивые вареники	100,00	20,91	13,20	20,44	288,69	0,55	69
	Чай с сахаром	180,00	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
Ужин	Каша гречневая	90,00	5,82	5,64	26,31	179,10	0	24
	Молоко кипяченое	160	5,80	5,00	9,60	106,00	2,6	95
	Булка	20,00	1,92	1,12	31,08	134,32	0	81
Итого за седьмой день			72,17	68,54	262,1	1943,7	33,742	