

Меню на 05.07.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 12			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша боярская (пшеничная с изюмом)	200	10,80	13,90	42,00	331,60	0	53
	Кофейный напиток	180,00	3,60	3,60	18,69	119,70	8,7	89
	Бутерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Фрукты (банан)	96	0,90	0,20	8,10	43,00	60	83
Обед	Суп сборно-овощной со сметаной на курином бульоне	200 5	3,68	7,07	8,58	118,00	19,41	12
	Печень по-строгановски	80	9,44	8,55	2,11	126,00	9,39	40
	Картофельное пюре	150	3,05	5,24	18,06	142,00	17,95	27
	Компот из кураги	180	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	110	7,60	5,84	38,76	247,41	0,41	74
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
Ужин	Плов рисовый с мясом кур	160	4,33	4,48	42,75	228,40	3,23	21
	Кисель	180,00	0,10	0,00	15,20	61,00	2,8	92
	Хлеб пшеничный	20,00	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
Итого за двенадцатый день			52,6	57,79	281,26	1878,22	134,74	