

Меню на 14.07.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры
День 19			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет запеченный с зеленым горошком	110	9,88	13,49	6,09	184,62	0,32	97
	Кофейный напиток	180	0,10	0,00	15,20	61,00	2,8	92
	Бутерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Яблоко	70	0,57	0,11	18,34	77,00	28	82
Обед	Суп перловый на курином бульоне	200	3,10	2,07	16,90	117,86	9,06	19
	Рагу из овощей с мясом кур	200	2,90	9,52	15,39	159,75	30,672	46
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Крем- брюле	180,00	5,00	4,50	27,50	139,10	2,6	94
	Гренка	60	4,50	7,08	44,94	250,20	0	80
Ужин	Плов рисовый с мясом кур	170	21,38	14,52	26,58	322,08	0,057	68
	Кисель из концентрата плодового или ягод	180	1,4	0	30,04	120,5	5,4	91
	Хлеб пшеничный	30	2,3	4,36	14,52	104	0	81
Итого за девятнадцатый день			64,11	64,22	251,62	1813,28	79,809	