

Меню на 02.08.2022 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	Банан	100	0,90	0,20	8,10	43,00	60	83
	Свежий помидор	25	0,54	3,08	1,73	36,86	12,45	66
Обед	Щи с мясом кур со сметаной	200 6	3,68	7,07	8,58	118,00	19,41	12
	Оладьи из печени	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 сухофруктов	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	Вафля	49	7,60	5,84	38,76	247,41	0,41	74
	Чай с лимоном	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
Ужин	Плов фруктовый со свежими яблоками	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	