

Меню на 23.08.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
День 21			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша манная молочная жидкая	200 3	7,44	8,07	35,28	243,92	0,88	49
	Чай с лимоном	180	3,5	2,8	15,7	102,9	0,6	89
	Бутерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2 завтрак	кисель	100,00						
Обед	Салат из помидоров	37,00	4,97	6,19	21,30	152,84	9	5
	Суп вермишелевый на курином бульоне	200,00	4,97	6,19	21,30	152,84	9	5
	Суфле яичное с мясом кур	170,00	10,00	8,20	10,80	280,00	21	33
	Компот из изюма	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	Ряженка	200	15,65	2,18	4,17	95,64	0,43	43
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
Ужин	Капуста тушеная с мясом кур	180,00	0,57	0,11	18,34	77,00	28	82
	Кофейный напиток	180,00	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб пшеничный	20,00	4,50	7,08	44,94	250,2	0	80
Итого за день			57,33	45,65	258,05	1770,75	91,51	