

Меню на 13.09.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 7			Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,81	19,99	155,00	1	50
	Чай с лимоном	180	3,20	3,00	22,50	129,60	1,2	90
	Бутерброд с маслом	30 8	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Апельсин	100,00	0,15	0,01	24,43	96,00	6,4	86
Обед	Свежий огурец	27,00	1,46	3,08	4,29	50,00	5,8	62
	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	80,00	15,30	16,50	5,90	233,00	6,04	35
	Каша пшеничная рассыпчатая	120,00	2,32	4,29	20,50	122,16	0,012	28
	Компот из сухофруктов(курага)	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	125,00	20,91	13,20	20,44	288,69	0,55	69
	Кофейный напиток	180,00	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
Ужин	Яйцо вареное	40,00	5,82	5,64	26,31	179,10	0	24
	Кисель	180	5,80	5,00	9,60	106,00	2,6	95
	Хлеб ржаной	30,00	1,92	1,12	31,08	134,32	0	81
Итого за седьмой день			72,17	68,54	262,1	1943,7	33,742	