

Меню на 29.09.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 19			Б	Ж	У			
Завтрак	Омлет по крестьянски	100	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	60	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
	Сырники из творога	120	21,38	14,52	26,58	322,08	0,057	68
Ужин	Каша рисовая молочная	200	23,5	18,5	32,8	189	0,04	35
	Кисель из концентрата плодового или ягод	180	1,4	0	30,04	120,5	5,4	91
	Хлеб пшеничный	30	2,3	4,36	14,62	108	0	75
Итого за девятнадцатый день			64,11	64,22	251,62	1813,28	79,809	