

Меню на 11.10.2022г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Вита мин С	№ рецептур ы	Стоимость
День 7			Б	Ж	У				
Завтрак	Вермишель молочная	200	7,52	6,42	26,75	196,35	1,6	23	11,9
	Чай с лимоном	180	3,48	3,84	15,62	111,90	0,9	96	8,7
	Булка с маслом	30 5	2,35	4,53	15,10	110,75		110	4,01
2-ой завтрак	Апельсин	110	0,32	0,00	7,84	37,60	3,75	386	6,07
Обед	Салат из солёных огурцов	60	0,50	3,06	1,42	36,34	6	23	3,03
	Борщ на к/б со сметаной	200	2,01	1,71	12,50	74,10	23,1	31	6,48
	Азу из мяса кур каша пшеничная	75 130	5,20	11,76	36,64	273,64	30,2	5,6	20,1
	Компот из кураги	180	0,13	0,00	19,95	80,75	0,85	99	2,11
	Хлеб ржаной	40	3,16	0,40	19,32	94,00			1,79
Полдник	Ленивые вареники со сгущённым молоком	150 20	16,75	11,68	23,08	267,67	0,8	87	23,2
	Какао с молоком	180	0,00	0,00	14,97	59,85	1,2	102	1,7
стоимость итого									
Ужин	Картофель тушёный с курицей	200	4,96	6,07	23,87	169,85	0,38	19	4,51
	Чай	180	5,80	6,40	9,40	120,00	2,46		8
	Булка	20	7,50	18,50	67,00	465			3,02
стоимость итого									105
Итого за седьмой день			60	64	271	1998	61,9		