Меню на 17.10.2022г.

| **Приём пищи** | **Наименование блюда** | Выход блюда | Пищевые вещества(гр.) | | | Энергетическая ценность (ккал.) | **Витамин С** | **№ рецептуры** | **Стоимость** |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **День 11** | | | Б | Ж | У | | | | |
| **Завтрак** | **Рожки отварные с маслом и сахаром** | 160<br>5 | 4,99 | 4,21 | 36,78 | 205,10 | 34 | 28 | 4,05 |
| | **Кофейный напиток** | 180 | 4,84 | 5,1 | 17,23 | 135,68 | 0,8 | 96 | 8,07 |
| | **Булка с маслом** | 30<br>5 | 6,25 | 8,43 | 15,10 | 162,35 | | 112 | 7,55 |
| **2-ой завтрак** | **Сок фруктовый** | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 24 | | 10,8 |
| **Обед** | **Суп гречневый на к/б** | 200 | 1,70 | 1,76 | 14,26 | 79,87 | 3,3 | 44 | 6 |
| | **Капуста тушеная с мясом кур** | 180 | 15,63 | 13,05 | 8,11 | 213,92 | 7,3 | 76 | 18,49 |
| | **Чай** | 200 | 0,10 | 0,00 | 18,95 | 76,57 | 0,85 | 99 | 2,11 |
| | **Хлеб ржаной** | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94,00 | | | 1,79 |
| **Полдник** | **Ряженка** | 200 | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 95,40 | 1,4 | 105 | 8,12 |
| | **Булка** | 30 | 2,31 | 0,90 | 15,03 | 77,70 | | | 2,49 |
| **Ужин** | **Каша овсяная молочная** | 200 | 4,96 | 6,07 | 23,87 | 169,85 | 2,4 | 27 | 10,95 |
| | **Компот из изюма** | 180 | 0,00 | 0,00 | 14,97 | 59,85 | 0,06 | 101 | 1,2 |
| | **Булка** | 20 | 2,31 | 0,90 | 15,03 | 77,70 | | | 1,66 |
| **стоимость итого** | | | | | | | | | |