

Меню на 16.11.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры
День 13			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша овсяная жидкая	200	7,26	9,48	23,49	206,79	1,35	47
	Какао на молоке	180,00	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
	Бутерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
Обед	Салат витаминный	75,00	0,66	6,06	6,36	82,80	9,24	58
	Лапша домашняя на курином бульоне	200	14,25	14,56	10,94	229,05	2,838	13
	Суфле из кур с мясом кур	100	10,90	13,30	2,70	174,00	0,5	41
	Компот из изюма	180	0,15	0,01	24,43	96,00	6,4	86
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Чай с лимоном	180,00	1,40	0,00	30,04	120,50	5,4	91
	Винегрет овощной	120	21,24	14,49	24,25	308,57	0,576	71
	Хлеб пшеничный	30	2,3	4,36	14,62	108	0	88
Ужин	Плов рисовый с мясом кур	170	10,00	8,20	10,80	280,00	21	33
	Кофейный напиток с молоком	180	2,90	2,40	14,30	71,10	1,2	89/1
	Хлеб ржаной	20,00	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Итого за тринадцатый день			77,64	74,36	215,95	1937,89	95,5	