

Меню на 13.12.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры
День 12			Б	Ж	У			
Завтрак	Кулеш пшеничный молочный	200	10,80	13,90	42,00	331,60	0	53
	Кофейный напиток с молоком	180,00	3,60	3,60	18,69	119,70	8,7	89
	Бутерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Фрукты (банан)	70	0,90	0,20	8,10	43,00	60	83
Обед	Суп сборно-овощной со сметаной на курином бульоне	200 5	3,68	7,07	8,58	118,00	19,41	12
	Печень по- строгановски	70	9,44	8,55	2,11	126,00	9,39	40
	Картофельное пюре	150	3,05	5,24	18,06	142,00	17,95	27
	Компот из сухофруктов	180	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Крупеник гречневый с творогом	110	7,60	5,84	38,76	247,41	0,41	74
	Кисель	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
Ужин	Яйцо вареное	40	4,33	4,48	42,75	228,40	3,23	21
	Чай с сахаром	180,00	0,10	0,00	15,20	61,00	2,8	92
	Хлеб ржаной	20,00	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
Итого за двенадцатый день			52,6	57,79	281,26	1878,22	134,74	