

Меню на 20.12.2022 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
День 17			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша гречневая молочная	200	7,94	8,21	35,13	246,17	0,5	54
	Кофейный напиток	180	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	Мандарин	100,00	0,15	0,01	24,43	96,00	6,4	86
Обед	Салат из зеленого горошка	50,00	1,46	3,08	4,29	50,00	5,8	62
	Рассольник на к/б со сметаной	200 5	8,74	5,24	23,96	178,47	16,78	9
	Запеканка картофельная с мясом кур	200	16,61	14,26	15,30	256,60	24,26	45
	Компот из изюма с лимоном	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	Сырники из творога	120,00	8,10	7,50	15,12	165,56	0	70
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
Ужин	Макаронные изделия отварные с маслом с сахаром	130	4,78	3,91	22,92	145,99	0	25
	Какао с молоком	180	3,20	3,00	22,50	129,60	1,2	90
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
Итого за семнадцатый день			76,28	61,63	276,75	1955,35	64,62	