

Меню на 18.01.2023 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамины С	№ рецептуры
День 8			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша овсяная молочная	200	6,64	7,59	28,13	204,00	1,95	51
	Кисель	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
	Хлеб пшеничный	30	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Фрукты (апельсин)	90	0,40	0,40	9,80	47,00	47	83
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	200 5	1,69	4,69	13,68	103,88	6,04	8
	Шницель куриный с отварными рожками	80 130	9,62	7,81	7,42	138,00	24,2	39
	Компот из яблок с лимоном	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	Пирожок с капустой	60	3,70	6,50	30,20	194,20	0	73
	Чай с сахаром	180	3,20	3,00	22,50	129,60	1,2	90
Ужин	Картофельное пюре	150	3,05	5,24	18,06	142,00	17,95	27
	Хлеб ржаной	30,00	30,04	0,55	15,36	80,04	0	77
	Кофейный напиток	180	2,9	2,4	14,3	71,1	1,2	89/1
Итого за восьмой день			81,24	59,42	249,27	1762,5	135,9	