

Меню на 25.01.2023 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
День 13			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша ячневая молочная	200	4,78	3,91	22,92	145,99	0	25
	Чай	180	3,3	3,4	22,1	132,1	0,4	93
	Бутерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Мандарин	120	0,40	0,40	9,80	47,00	47	83
Обед	Свежий помидор	23	0,82	5,04	5,31	67,47	23,28	65
	Суп сборно-овощной на курином бульоне со сметаной	200 5	3,96	4,68	14,29	115,30	8,43	11
	Бефстроганов из мяса, гречка отварная с маслом	85 120	9,62	7,81	7,42	138,00	2,45	39
	Компот из кураги	180	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
	Хлеб ржаной	40	3,04	0,55	15,36	80,04	0	77
Полдник	Творожный пудинг с шоколадной подливой	120 50	4,35	4,80	6,00	88,50	1,19	84
	Кофейный напиток с молоком	180	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
Ужин	Картофель тушеный с мясом	200	7,94	8,21	35,13	246,17	0,5	54
	Хлеб ржаной	20,00	0,10	0,00	13,50	54,00	0	88
	Кисель	180,0						
стоимость итого			45,99	45,00	215,95	1460,99	83,25	