

Меню на 06.02.2023 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(гр.)			Энергетическая ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептур ы
День 1			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Плов рисовый с изюмом	130	7,26	9,48	23,49	206,79	1,35	47
	Какао с молоком	180,00	0,10	0,00	15,20	61,00	2,8	92
	Бутерброд с маслом	30 5	2,30	4,36	14,62	108,00	0	75
2-ой завтрак	Сок	109	0,40	0,30	10,30	47,00	5	83
Обед	Щи на к/б со сметаной	200 4	5,94	4,86	23,91	163,64	16,73	2
	Тефтели куриные	80,00	16,73	15,78	4,25	225,82	0,48	30
	Отварные рожки	130,00	3,41	6,33	28,09	183,13	0	21
	Компот из сухофруктов	180,00	0,48	0,00	23,80	90,00	0,4	85
	Хлеб ржаной	40,00	30,40	0,06	15,36	80,04	0	77
Полдник	Сосиска в тесте	100	21,38	14,52	26,58	322,08	0,057	68
	Чай с сахаром	180,00	1,40	0,00	30,04	120,50	5,4	91
Ужин	Каша манная молочная	200	20,80	21,84	22,43	357,84	8,17	29
	Кофейный напиток	180	3,6	3,6	18,69	119,7	8,7	89
	Хлеб пшеничный	20	2,64	0,92	18,00	92,21	0	76
Итого за второй день			120,71	85,50	287,96	2134,70	55,19	94,84