



МЕНЮ

День: второй
Неделя :первая

№ рецеп- туры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетич- еская ценность	Пищевые вещества		
				(г)		
				Б	Ж	У
	Завтрак					
268	Омлет натуральный	200	261,5	17,2	19,4	4,3
457	Чай с сахаром	200	38	0,2	0,1	9,3
79	Масло сливочное	20	132,18	0,16	14,5	0,26
	Хлеб пшеничный	50	117	3,8	0,4	24,6
	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	2,04	0,39	11,94
	Итого завтрак	500	608,08	23,4	34,79	50,4
	Обед					
	Огурец свежий	100	11	0,7	0,1	1,9
95	Борщ с картофелем и капустой	250	75,63	1,8	4,43	7,15
307	Котлеты рыбные	100	129,3	12,13	1,9	15,7
152	Картофель отварной	180	171	3,44	5,19	27,62
	Сок фруктовый	200	86	1	0,2	20,2
	Хлеб пшеничный	50	117	3,8	0,4	24,6
	Хлеб ржано-пшеничный	50	99	3,4	0,65	19,9
	Итого обед	930	688,93	26,27	12,87	117,07
	Итого за день	1430	1297,01	49,67	47,66	167,47

Повар  Широбокова Ф.А.