



МЕНЮ

День: седьмой
Неделя : вторая

№ рецеп- туры	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Энергетич- еская ценность	Пищевые вещества		
				(г)		
				Б	Ж	У
	Завтрак					
277	Запеканка из творога	200	413,3	42,1	12,3	33,7
462	Какао с молоком	200	94	3,3	2,9	13,8
	Масло порциями	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	815,88	51,4	30,49	84,3
	Обед					
	Огурец свежий	100	11	0,7	0,1	1,9
100	Рассольник ленинградский	250	106,25	1,88	5,1	13,23
313	Рыба, запечённая с картофелем по-русски	250	101	9,6	1,5	12,3
	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	900	520,25	20,38	7,95	92,13
	Итого за день	1400	1336,13	71,78	38,44	176,43

Повар С Ф.А.Широбокова