



# МЕНЮ

День: девятый  
Неделя :вторая

| №<br>рецеп-<br>туры | Прием пищи, наименование<br>блюд           | Масса<br>порции | Энергетич-<br>еская<br>ценность | Пищевые вещества |       |        |
|---------------------|--------------------------------------------|-----------------|---------------------------------|------------------|-------|--------|
|                     |                                            |                 |                                 | (г)              |       |        |
|                     |                                            |                 |                                 | Б                | Ж     | У      |
|                     | Завтрак                                    |                 |                                 |                  |       |        |
| 230                 | Каша пшеничная молочная                    | 200             | 181                             | 5,46             | 6,2   | 25,82  |
| 457                 | Чай с сахаром                              | 200             | 38                              | 0,2              | 0,1   | 9,3    |
|                     | 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  |
|                     | Банан                                      | 150             | 144                             | 2,25             | 0,75  | 31,5   |
|                     | Итого завтрак                              | 500             | 527,58                          | 11,66            | 21,59 | 71,92  |
|                     | Обед                                       |                 |                                 |                  |       |        |
| 5                   | Салат из капусты белокочанной и<br>огурцов | 100             | 71                              | 1,3              | 6,1   | 2,8    |
| 98                  | Свекольник                                 | 250             | 93,75                           | 2,05             | 4,75  | 10,73  |
| 256                 | Жаркое по-домашнему                        | 250             | 383,8                           | 23,5             | 17,9  | 32,3   |
| 496                 | Напиток из шиповника                       | 200             | 78                              | 0,7              | 0,3   | 18,3   |
|                     | Хлеб пшеничный                             | 50              | 117                             | 3,8              | 0,4   | 24,6   |
|                     | Хлеб ржано-пшеничный                       | 50              | 99                              | 3,4              | 0,65  | 19,9   |
|                     | Итого обед                                 | 900             | 842,55                          | 34,75            | 30,1  | 108,63 |
|                     | Итого за день                              | 1400            | 1370,13                         | 46,41            | 51,69 | 180,55 |

Повар Г Ф.А.Широбокова