

МЕНЮ

День девятый		Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	Рецепт блюда №
Четверг							
Завтрак			Б	Ж	У		
Каша манная молочная с маслом	250	6	10,25		38	277,5	390
Яйцо вареное	40	5,1	4,6		0,3	63	424
Чай с сахаром	200	0,2	0,0		15,0	58	944
Булочка «К завтраку»	100	9,7	2,5		54,3	264	1058
Итого:						662,5	
Обед							
Винегрет	150	2,1	5,4		10,8	102	100
Суп крестьянский с крупой и курами	300	3,36	7,63		24,6	145,2	220
Котлета рыбная	120	15,6	10,56		18,24	235	510
Рагу овощное	200	4,0	16,6		23,0	250	321
Компот из яблок	200	0,2	0,0		38,5	142	859
Хлеб ржаной	40	1,54	0,28		7,54	40,2	
Хлеб пшеничный	50	2,63	1,02		17,99	91,7	
Итого;							
Всего:							
Возрастная категория: 15 лет и старше							

Исполнитель  Залегина И.Г.