

# МЕНЮ

| День десятый                          | Пятница                               | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность, ккал | Рецепт блюда № |
|---------------------------------------|---------------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-------------------------------|----------------|
|                                       |                                       |              | Б                    | Ж     | У     |                               |                |
| Завтрак                               |                                       |              |                      |       |       |                               |                |
|                                       | Запеканка рисовая с творогом с маслом | 250          | 13,5                 | 26,5  | 80,25 | 617,5                         | 392            |
|                                       | Кофейный напиток со сгущенным молоком | 200          | 4,2                  | 4,6   | 26,5  | 159                           | 959            |
|                                       | Бутерброд с сыром                     | 35           | 4,7                  | 7,9   | 7,3   | 123                           | 5              |
| Итого:                                |                                       |              |                      |       |       | 899,5                         |                |
| Обед                                  |                                       |              |                      |       |       |                               |                |
|                                       | Салат из свеклы с сыром               | 150          | 1,95                 | 11,1  | 12,75 | 165,37                        | 50             |
|                                       | Суп гороховый с курами                | 300          | 12                   | 10,6  | 47,3  | 401                           | 216            |
|                                       | Картофель отварной с маслом           | 200          | 4,0                  | 10,2  | 31,8  | 142                           | 296            |
|                                       | Печень по строгановски                | 120/50       | 16,32                | 16,32 | 4,68  | 234                           | 582            |
|                                       | Напиток из плодов шиповника           | 200          | 0,4                  | 0,0   | 23,6  | 94                            | 1014           |
|                                       | Хлеб ржаной                           | 40           | 1,54                 | 0,28  | 7,54  | 40,2                          |                |
|                                       | Хлеб пшеничный                        | 50           | 2,63                 | 1,02  | 17,99 | 91,7                          |                |
| Итого:                                |                                       |              |                      |       |       | 1168,27                       |                |
| Всего:                                |                                       |              |                      |       |       | 2067,77                       |                |
| Возрастная категория: 15 лет и старше |                                       |              |                      |       |       |                               |                |

Исполнитель  Залетина И.Г.