



МЕНЮ НА СЕГОДНЯ

День 4-й

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С
ЗАВТРАК						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,04	5,54	30,04	214,80	1,17
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58	
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,50	15,49	111,68	
Итого:	404	11,18	12,45	55,88	401,06	1,17
2 - ой ЗАВТРАК						
Сок	200	1,00		20,20	84,80	4,00
Итого:	200	1,00		20,20	84,80	4,00
ОБЕД						
Салат из свеклы с яблоками	60	0,65	3,1	3,86	46,02	5,99
Суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне с мясом говядины	180/10	4,22	2,33	8,77	76,57	
Котлеты из рыбы	70	8,99	4,26	7,82	101,72	
Пюре картофельное с маслом сливочным	140/3	2,88	6,65	19,12	147,90	16,96
Компот из урюка	180	0,40	0,02	16,60	68,20	2,44
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,86	79,28	
Итого:	713	22,06	17,08	86,79	590,19	25,85
ПОЛДНИК						
Вак белиш с рисом и мясом	90	7,02	10,35	28,62	234,63	0,03
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,10	
Итого:	276	7,08	10,37	34,64	258,73	0,03
ВСЕГО:	1593	41,33	39,90	197,51	1334,78	31,05