



## МЕНЮ

### *ЗАВТРАК I смена*

БЛЮДО	ВЫХОД	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ.	КАЛЛ.
Свекла, тушеная с черносливом	60	1,3	2,39	6,53	54,8
Картофель отварной	150	3,2	5,2	22,89	151,36
Котлеты рыбные	90	8,9	6,35	10,2	108,9
Чай с лимоном	180	0,09	0,02	12,6	52,74
Хлеб пшеничный	35	2,73	0,18	17,69	83,34
Хлеб ржаной	20	2,01	0,27	15,08	41,14
Итого	535	18,23	14,41	84,99	492,28

### *ОБЕД II смена*

БЛЮДО	ВЫХОД	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ.	КАЛЛ.
Салат из белокочанной капусты с яблоком	60	1,4	0,2	26,4	95,4
Борщ со сметаной	200/4	5,1	8,5	12,5	132,8
Пюре картофельное	180	4,8	8,9	20,8	185,8
Котлеты рыбные	90	13,86	15,75	10,2	165,87
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	27,9	115
Хлеб пшеничный	45	3,58	0,45	19,94	88,18
Хлеб ржаной	25	1,88	0,19	12,22	57,38
Фрукты свежие	100	0,46	0,1	11,31	58,4
Итого	904	31,28	34,29	141,27	898,83

Заведующая столовой

Л.Н. Попова