



## 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 ИЛИ БИТОЧКИ 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
<b>ИТОГО</b>	<b>535</b>	<b>18,23</b>	<b>14,41</b>	<b>84,99</b>	<b>492,28</b>

### *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
<b>ИТОГО</b>	<b>904</b>	<b>31,28</b>	<b>34,29</b>	<b>141,27</b>	<b>898,83</b>

Заведующая столовой \_\_\_\_\_

Л.Н. Попова