

Утверждаю:
 Директор БЛЮУ «Усть-Заостровский СТ»
 О.В.Васильева

МЕНЮ (сироты)
 на 18 сентября 2025г.

Наименование блюд	Выход блюда (грам)	белки	жиры	углеводы	Энергетич. д	№ рец.
Завтрак:						
Хлеб пшеничный	60	5	0,06	28,8	138	пром.
Каша молочная пшеничная	200/10	8,2	8,6	39,6	273,8	323
Масло сливочное	10	0,1	15,5	0,18	149,6	547
Колбаса п/к	30	17	35	0	187	417
Кофейный напиток	200	13,6	2,6	76	323	485
Итого:		43,9	61,76	144,58	1071,4	
Обед:						
Суп картофельный с консервами из бобовых	250	3,2	8,4	29,2	199,2	1003
Рыба под маринадом	75/50	24,2	15,8	20,6	310,6	146
Картофель отварной	200	5,4	6,1	52,6	274,4	311
Компот из сухофруктов кураги с витамином «С»	200	1	0	24,4	103,2	428
Хлеб пшеничный	100	7,5	1	48	230	пром.
Итого:		41,3	31,3	174,8	1117,4	
Полдник:						
Конфеты	100	7	37	45	540	пром.
Печенье	95	5,4	22,5	54	441	пром.
Рулет	175	7	16,63	103,25	595	Пром.
Сок	200	0	0	22	100	пром.
Итого:		19,4	76,13	224,25	1676	
Ужин:						
Субпродукты в соусе, сердце	50/75	10,3	6,3	5	113	876
Макаронь отварные	200	9,2	7,8	49	303,2	528
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Хлеб пшеничный	90	6,75	0,99	43,2	207	пром
Итого:		26,25	15,09	112,2	683,2	
2 Ужин:						
Продукт кисломолочный	200	7	8	22,5	190	пром.
Булочка сдобная	100	7,5	9	55	330	пром.
Итого:		14,5	17	77,5	520	
Итого за день:		145,35	201,28	733,33	5068	

Главный бухгалтер :
 Зав.столовой :

М.В. Батенок
 С.Н. Сатьянова