

Утверждаю:

Директор БПОУ «Усть-Заостровский СТ»

О.В.Васильева

МЕНЮ (сироты)
на 29 октября 2025г.

Наименование блюд	Выход блюда (грам)	белки	жиры	углеводы	Энергетич.	№ рец.
Завтрак:						
Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	200/10	9,2	12,7	46,1	321,2	323
Масло сливочное	10	0,1	15,5	0,18	149,6	547
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,6	28,8	138	пром.
Яйцо отварное	40	10,8	10,8	0	144,4	1198
Кофейный напиток	200	2,2	1,6	26,3	134,2	485
Итого:		26,8	41,2	101,38	887,4	
Обед:						
Суп картофельный с консервами из бобовых	250	3,2	8,4	29,2	199,2	1003
Птица жаренная	75	91,51	13,16	0,48	196,66	710
Компот из сухофруктов с витамином «С»	200	1	0	24,4	103,2	428
Хлеб пшеничный	100	7,5	1	48	230	пром.
Бобовые отварные	200/10	2,08	6,42	1,76	75,36	56,57
Соус красный основной	50	4,95	2,5	5,05	61,55	919
Итого:		110,24	31,48	108,89	865,97	
Полдник:						
Сыр плавленый	83	7,14	14,63	3,78	175,7	пром.
Шоколадный батончик	50	1,9	9,25	34	228,2	пром.
Яблоко	160	0,6	0,6	14,7	70,5	Пром.
Сок	200	0	0	22	100	пром.
Итого:		9,64	24,48	74,48	574,4	
Ужин:						
Запеканка картофельная с сердцем	243	26,7	14,8	2,8	249,5	241
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,6	28,8	138	пром.
Соус красный основной	50	4,95	2,5	5,05	61,55	919
Итого:		36,15	17,9	51,65	509,05	
2 Ужин:						
Кисломолочный продукт	200	3	4	21	80	пром.
Булочка	100	7,5	9	55	330	пром.
Итого:		10,5	13	76	410	
Итого за день:		193,33	128,06	412,4	3246,82	

Главный бухгалтер :

Зав.столовой :

М.В. Батенок

С.Н. Сатьянова