

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

МЕНЮ (сироты)
 на 13 сентября 2025г.

Наименование блюд	Выход блюда (грам)	белки	жиры	углеводы	Энергетич.	№ рец.
Завтрак:						
Каша молочная пшенная с маслом сливочным	200/10	9,2	12,7	46,1	321,2	323
Сыр	30	6,9	8,7	0	108	28
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,16	28,8	138	пром
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Масло сливочное	10	0,1	7,25	0,14	66,2	547
Итого:		20,7	28,81	90,04	693,4	
Обед:						
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	1,57	3,84	12,45	93,88	74
Субпродукты в соусе, сердце	50/75	10,3	6,3	5	113	876
Макароны отварные	200	9,2	7,8	49	303,2	528
Кисель с витамином С	200	0,02	0	32,1	125,8	349
Хлеб пшеничный	100	7,5	1	48	230	пром.
Итого:		28,59	18,94	146,55	865,88	
Полдник:						
Сок	200	0	0	22	100	пром.
Пряник	100	9,8	9,8	96,6	532	пром.
Шоколад	47	2,5	1,75	21,73	161	пром.
Конфеты	100	7	37	45	540	пром.
Итого:		19,3	48,55	185,33	1333	
Ужин:						
Тефтели с соусом	60/50	6,24	8,76	4,84	124,2	1077
Картофельное пюре	255	4,3	3	35,08	172,38	318
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Хлеб пшеничный	90	6,75	0,99	43,2	207	пром
Итого:		17,29	12,75	98,12	563,58	
2 Ужин:						
Йогурт десертный	290	8,41	7,25	40,31	258,1	пром.
Слойка с сыром	65	5,25	20,25	21,75	292,5	пром
Итого:		13,66	27,5	62,06	550,6	
Итого за день:		99,54	136,55	582,1	4006,46	

Главный бухгалтер :
 Зав.столовой :

М.В. Батенок
 С.Н. Сатьянова