

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

МЕНЮ (сироты)
 на 15 сентября 2025г.

Наименование блюд	Выход блюда (грам)	белки	жиры	углеводы	Энергетич. л	№ рец.
Завтрак:						
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Каша манная с маслом сливочным	200/10	9,8	9,53	49,78	326	323
Сыр	30	6,9	8,7	0	108	28
Хлеб пшеничный	60	5	0,06	28,8	138	пром.
Масло сливочное	10	0,1	7,25	0,14	66,2	547
Итого:		21,8	25,54	93,72	698,2	
Обед:						
Рассольник Петербургский со сметаной	250/10	3,3	9,2	25,3	191,4	747
Плов из говядины	250	25,71	32,96	50,71	509,15	638
Морковь по-корейски	50	1,25	6,1	7	89,5	пром.
Хлеб пшеничный	100	7,5	1	48	230	пром.
Напиток из шиповника	200	1	0	6,8	35,2	604
Итого:		38,76	49,26	137,81	1055,25	
Полдник:						
Сок	200	0	0	22	100	пром.
Шоколадный батончик	50	1,9	9,25	34	228,2	пром.
Кексы	68	3,1	10,8	30,2	228	пром.
Джем	289	0	0	204	816	пром.
Итого:		5	20,05	290,2	1372,2	
Ужин:						
Рагу из цыпленка-бройлера	325	40,4	47,6	50,1	780,9	736
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Хлеб пшеничный	90	6,75	0,99	43,2	207	пром.
Итого:		47,15	48,59	108,3	1047,9	
2 Ужин:						
Коктейль молочный	157	2,9	3,2	9	76	пром.
Булочка	70	3,85	4,9	42,7	231	пром.
Итого:		6,75	8,1	51,7	307	
Итого за день:		119,46	151,54	681,73	4480,55	

Главный бухгалтер :
 Зав.столовой :

М.В. Батенок
 С.Н. Сатьянова