

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

МЕНЮ (сироты)
 на 10 ноября 2025г.

Наименование блюд	Выход блюда (грам)	белки	жиры	углеводы	Энергетич	№ рец.
Завтрак:						
Масло сливочное	10	0,1	7,25	0,14	66,2	547
Омлет, смешанный с мясными изделиями с маслом сливочным	130/5	45,7	61,4	4,5	750,4	646
Чай с сахаром с молоком	150/50/5	0,7	0	15,3	58,5	1142
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,3	28,8	138	пром.
Итого:		51	68,95	48,74	1013,1	
Обед:						
Суп из овощей	250	1,7	5,2	10,2	95	991
Котлета рыбная	75	26,7	14,8	2,8	249,5	450
Картофельное пюре	255	4,3	3	35,08	172,38	318
Компот их сухофруктов с вит. С	200	1	0	24,4	103,2	428
Хлеб пшеничный	100	7,5	1	48	230	пром.
Соус красный основной	50	4,95	2,5	5,05	61,55	919
Огурец свежий	100	2,6	0,44	14,52	60	пром.
Полдник:						
Сосиска отварная	75	8,25	17,25	2,25	197,25	897
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Яблоко	157	0,9	0,9	14,7	40	Пром.
Итого:		11,4	18,45	46,35	366,25	
Ужин:						
Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	200	6	8,8	31	233,2	338
Кофейный напиток	200	2,2	1,6	26,3	134,2	485
Голубцы ленивые	150/50	9,3	8,1	14,4	168,6	6732
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,3	28,8	138	пром.
Итого:		22	18,8	100,5	674	
2 Ужин:						
Молочный коктейль	200	2,9	3,2	9	76	пром.
Булочка сдобная	100	7,5	9	55	330	пром.
Итого:						
Итого за день:		77,95	90,25	154,29	1748,65	

Главный бухгалтер :
 Зав.столовой :

М.В. Батенок
 С.Н. Сатьянова