

Утверждаю:

Директор БПОУ «Усть-Заостровский СТ»

О.В.Васильева

МЕНЮ (сироты)
на 18 февраля 2026г.

Наименование блюд	Выход блюда (грам)	белки	жиры	углеводы	Энергетич. ц	№ рец.
Завтрак:						
Запеканка творожная со сметаной	150/30	26,7	42,6	18,8	571	238
Масло сливочное	10	0,1	7,25	0,14	66,2	547
Колбаса п/к	30	17	35	0	187	417
Кофейный напиток	200	2,2	1,6	26,3	134,2	485
Хлеб пшеничный	60	5	0,06	28,8	138	пром.
Итого:		51	86,51	74,04	1096,4	
Обед:						
Свекольник со сметаной и яйцом	250/10	5,67	13,45	27,46	246,69	36
Компот из сухофруктов кураги	200	1	0	24,4	103,2	428
Печень по-строгоновски	50/50	8,04	8,79	3	135,05	672
Картофельное пюре	255	4,3	3	35,08	172,38	318
Хлеб пшеничный	90	6,75	0,99	60	207	пром.
Салат из морской капусты	50	0,4	0	1	5	820
Итого:		26,16	26,23	150,94	869,32	
Полдник:						
Апельсин	290	2,34	0,52	21,06	111,8	пром.
Блины с вишней	120	6	12	41	300	пром.
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Шоколад	80	4,13	24,75	47,25	405	пром.
Итого:		12,47	37,27	124,11	876,8	
Ужин:						
Котлета из говядины с соусом	2/50/50	42,4	38,8	20	594,8	466
Бобовые отварные	200	2,08	6,42	1,76	75,36	56,57
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Итого:		46,73	45,52	51,16	799,16	
2 Ужин:						
Кисломолочный продукт	450	11,25	12,6	46,35	337,5	пром.
Кондитерские изделия глаз.	60	2,7	9,6	37,2	246	пром.
Итого:		13,95	22,2	83,55	583,5	
Итого за день:		150,31	217,73	483,8	4225,18	

Главный бухгалтер :

Зав.столовой :

М.В. Батенок

С.Н. Сатьянова