

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

МЕНЮ(сироты)
 на 19 декабря 2025г.

Наименование блюд	Выход блюда (грам)	белки	жиры	углеводы	Энергетич.	№ рец.
Завтрак:						
Омлет, смешанный с мясными изделиями	130/5	45,7	61,4	4,5	750,4	646
Масло сливочное	10	0,1	7,25	0,14	66,2	547
Кофейный напиток	200	2,2	1,6	26,3	134,2	485
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Итого:		50,25	70,55	45,34	1019,8	
Обед:						
Рассольник Петербургский со сметаной	250/10	3,3	9,2	25,3	191,4	747
Птица жаренная	75	91,51	13,16	0,48	196,66	710
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Бобовые отварные с маслом сливочным	200/10	2,08	6,42	1,76	75,36	56,57
Компот из свежих яблок с вит.С	200	0,3	-	37,7	143,5	426
Итого:		99,44	29,08	79,64	675,92	
Полдник:						
Банан	169	2,7	0,9	37,8	172,8	пром.
Печенье Лакомка	160	9,6	40	121,6	845,6	пром.
Пирожное	60	7,2	7,8	34,8	222	пром.
Сок	200	0	0	22	100	пром.
Итого:		7,2	48,7	216,2	1340,4	
Ужин:			2,5			
Сарделька отварная	100	11	26	0	278	897
Капуста тушенная	250	5,5	12,1	24,8	224,8	228
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Итого:		18,75	40,9	54,2	631,8	
2 Ужин:						
Коктейль молочный	200	2,9	3,2	9	76	пром.
Печенье	100	4,5	16,1	52,2	412	пром.
Итого:		7,4	19,3	61,2	488	
Итого за день:		183,04	208,53	456,58	4155,92	

Главный бухгалтер :
 Зав.столовой :

М.В. Батенок
 С.Н. Сатьянова