

Утверждаю:

Директор БПОУ «Усть-Заостровский СТ»

О.В.Васильева

МЕНЮ (сироты)
на 19 февраля 2026г.

Наименование блюд	Выход блюда (грам)	белки	жиры	углеводы	Энергетич.	№ рец.
Завтрак:						
Сыр колбасный	30	0,3	6,9	5,4	84	28
Каша молочная пшеничная	200/10	8,4	13,9	39,5	306	323
Какао с молоком	200	2,2	0,16	28,8	138	1203
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Масло сливочное	10	0,1	7,25	0,14	66,2	547
Итого:		13,25	28,51	88,24	663,2	
Обед:						
Суп картофельный с бобовыми	250	4,66	3,91	19,31	140,3	1036
Птица жаренная	75	91,51	13,16	0,48	196,66	710
Макароны отварные	200	9,2	7,8	49	303,2	528
Компот из свежих яблок	200	0,3	-	37,7	143,5	426
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Соус красный основной	50	4,95	2,5	5,05	61,55	919
Горошек зеленый конс.	50	2,21	0,18	6,29	34,5	пром.
Итого:		115,08	27,85	132,23	948,71	
Полдник:						
Творожок	100	9,6	9	19,6	198	пром.
Банан	239	2,7	0,9	37,8	172,8	пром.
Торт вафельный	144	8,3	65,1	112,1	1006	пром.
Крекер	220	17,16	46,2	134,2	1009,8	пром.
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Итого:		37,76	121,2	318,7	2446,6	
Ужин:						
Сарделька отварная	100	11	26	0	278	897
Капуста тушеная	250	5,5	12,1	24,8	224,8	228
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Итого:		18,75	38,4	54,2	631,8	
2 Ужин:						
Йогурт	200	6,4	8	106	140	пром.
Печенье мягкое	50	2,75	9,5	25	200	пром.
Итого:		9,15	17,5	131	340	
Итого за день:		193,99	233,46	724,37	5030,31	

Главный бухгалтер :

Зав.столовой :

М.В. Батенок

С.Н. Сатянова