

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

МЕНЮ (сироты)
 на 28 ноября 2025г.

Наименование блюд	Выход блюда (грам)	белки	жиры	углеводы	Энергетич	№ рец.
Завтрак:						
Омлет, смешанный с мясными изделиями	130/5	19,2	42,9	2	470,1	646
Масло сливочное	10	0,1	15,5	0,18	149,6	547
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Сыр	30	6,9	8,7	0	108	28
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Итого:		28,45	67,4	31,58	856,7	
Обед:						
Суп из овощей	250	1,7	5,2	10,2	95	991
Азу	50/250	21,8	25,2	5,6	335,8	1
Кисель с витамином «С»	200	0,02	0	32,1	125,8	349
Хлеб пшеничный	100	7,5	1	48	230	пром
Кукуруза консервированная	50	1,5	0,5	7,5	42,5	41
Итого:		32,52	31,9	103,4	829,1	
Полдник:						
Блины	120	8,04	14,55	53,04	399	пром.
Мармелад	70	0,075	0	59,55	240,75	пром.
Печенье	95	5,4	22,5	54	441	пром.
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Сгущенное молоко	30	2,04	2,55	16,8	99	пром.
Итого:		15,555	39,6	198,39	1239,75	
Ужин:						
Пельмени мясные п/ф с маслом	200/10	18,8	16,6	47,2	414,6	666
Кофейный напиток	200	2,2	1,6	26,3	134,2	485
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,6	28,8	138	пром.
Итого:		25,5	18,8	102,3	686,8	
2 Ужин:						
Йогурт десертный	290	8,41	7,25	40,31	258,1	пром.
Печенье	50	2,25	8,05	26,1	206	пром.
Итого:		10,66	15,3	66,41	464,1	
Итого за день:		112,685	173	502,08	4076,45	

Главный бухгалтер :
 Зав.столовой :

М.В. Батенок
 С.Н. Сатьянова