

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

МЕНЮ (для организации питания за счет средств потребителя)
 на 8 ноября 2025г.

Наименование блюд	Выход блюда (грам)	белки	жиры	углеводы	Энергети	№ рец.
Завтрак:						
Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	200/10	9,2	12,7	46,1	321,2	323
Какао с молоком	200	2,2	1,6	26,3	134,2	1203
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	24,4	69	пром.
Итого:		13,65	14,6	96,8	524,4	
Обед:						
Суп картофельный с консервами из бобовых	250	3,2	8,4	29,2	199,2	1003
Говядина тушеная с морковью и томатом	100	33	28,1	7	412,7	816
Бобовые отварные	200	2,08	6,42	1,76	75,36	56,57
Кисель с витамином С	200	0,02	0	32,1	125,8	349
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	24,4	69	пром.
Итого:		40,55	43,22	94,46	882,06	
Полдник:						
Итого:						
Ужин:						
Рыба под маринадом	75/50	24,2	15,8	20,6	310,6	146
Картофель отварной	200	5,4	6,1	52,6	274,4	311
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	24,4	69	пром.
Итого:		31,85	22,2	112,6	714	
2 Ужин:						
Итого:						
Итого за день:		86,05	80,02	303,86	2120,46	

Главный бухгалтер :
 Зав.столовой :

Ваня

М.В. Батенок
 С.Н. Сатьянова