

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

МЕНЮ (сироты)
на 9 ноября 2025г.

Наименование блюд	Выход блюда (грам)	белки	жиры	углеводы	Энергетич.	№ рец.
Завтрак:						
Колбаса п/к	30	17	35	0	187	417
Каша молочная пшеничная	200/10	8,2	8,6	39,6	273,8	323
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Масло сливочное	10	0,1	15,5	0,18	149,6	547
Итого:		27,55	59,4	69,18	739,4	
Обед:						
Борщ с капустой и картофелем	250	1,57	3,84	12,45	93,88	74
Жаркое по-домашнему	300	46,4	39,1	52,7	734,8	820
Напиток из шиповника	200	1	0	6,8	35,2	604
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Салат из морской капусты	100	1,5	9,1	7,2	86	пром.
Итого:		52,72	52,34	93,55	1018,88	
Полдник:						
Груша	258	1,44	1,08	37	169,2	пром.
Мармелад	70	0,075	0	59,55	240,75	пром.
Пудинг	120	4,92	3,6	23,16	145,2	пром.
Сок	200	0	0	22	100	пром.
Итого:		6,435	4,68	141,71	655,15	
Ужин:						
Плов из говядины	250	25,71	32,96	50,71	509,15	638
Икра кабачковая	30	0,3	0,21	0,21	29,1	пром.
Какао с молоком	200	2,2	0,16	28,8	138	1203
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Итого:		30,46	33,63	94,12	745,25	
2 Ужин:						
Молочный коктейль	200	2,9	3,2	9	76	пром.
Булочка сдобная	100	7,5	9	55	330	пром.
Итого:		10,4	12,2	64	406	
Итого за день:		127,565	162,25	462,56	3564,68	

Главный бухгалтер :
Зав.столовой :

М.В. Батенок
С.Н. Сатьянова