

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

МЕНЮ (сироты)
 на 31 декабря 2025г.

Наименование блюд	Выход блюда (грам)	белки	жиры	углеводы	Энергетич	№ рец.
Завтрак:						
Суп молочный с макаронами	250/5	5,6	5,9	22,4	159,5	1015
Масло сливочное	10	0,1	15,5	0,18	149,6	547
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Сыр	30	2,6	2,7	0	108	1057
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Итого:		10,55	24,4	51,98	546,1	
Обед:						
Борщ с капустой и картофелем	250	1,57	3,84	12,45	93,88	74
Макароны отварные с сыром	240	13	14,9	51	379,6	538
Зразы рубленые с соусом	70/50	17,62	16,99	9,52	217,43	255
Напиток из шиповника	200	1	0	6,8	35,2	604
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Итого:		35,44	36,03	94,17	795,11	
Полдник:						
Печенье мягкое	50	2,75	9,5	25	200	пром.
Блины	120	6	12	41	300	пром.
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Сок	200	0	0	22	100	пром.
Торт вафельный	180	11,6	68,2	123,2	1166	пром.
Итого:		20,35	89,7	226	1826	
Ужин:						
Голубцы с мясом и рисом	216/50	12,11	7,85	10,25	155,34	187
Картофельное пюре	255	4,3	3	35,08	172,38	318
Чай с сахаром	200/15	0	0	15	60	1143
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	69	пром.
Соус красный основной	50	4,95	2,5	5,05	61,55	919
Молочный коктейль	200	2,9	3,2	9	76	пром.
Пряник	100	9,8	9,8	96,6	532	пром.
Итого:		36,31	26,65	185,38	1126,27	
2 Ужин:						
Колбаса п/к	30	170	350	0	1870	417
Колбаса варенная	340	36	108	0	1213,2	Пром.
Каша перловая с говядиной	340	6,8	37,4	57,8	595	пром.
Конфеты	250	17,5	92,5	112,5	1350	пром.
Мандарины	140	1,2	0,3	11,25	57	пром.
Итого:		231,5	588,2	181,55	5085,2	
Итого за день:		334,15	764,98	739,08	9378,68	

Главный бухгалтер :
 Зав.столовой :

М.В. Батенок
 С.Н. Сатьянова