

Утверждаю директор ОВСХК
Ситников С.В.

МЕНЮ НА 28 мая 2024 г.

День: *вторник*

Неделя: *пятая*

Сезон: *весенний*

Возрастная категория: *15 лет и старше*

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			б	ж	у	
	завтрак					
28	сыр	30	7,08	5,57	0	87,36
539	Каша геркулесовая	150	10,95			
1203	Чай с сахаром	200	0	0	13,59	57,0
	Хлеб пшеничный	30	5,7	0,6	36,9	75,4
	Второй завтрак					
620	Творожная запеканка со сгущённым молоком	150/30	19,78	26,76	29,78	539,72
	Хлеб пшеничный	30	5,7	0,6	36,9	75,4
	сок	200	0,16	0,82	26,2	110
	Обед					
	Салат «Заря»	100	3,25	5,48	4,4	56,6
282	Щи из свежей капусты	250	5,94	6,4	7,78	94,0
	сметана	10	5,7	0,6	36,9	75,4
641	Рыба жареная	100	18,2	9,5	4,6	157
537	Гречка отварная	150	11,4	10,47	42,44	337
1110	Компот из изюма	200	5,5	5,36	0,7	60,34
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,2	24,6	117,3
	Пирожок с повидлом	75	13,5	9,6	47,8	249,5
	полдник					
	снежок	200	5,0	5,4	21,6	158
	ужин					
402	азу	200	18,6	24,6	14,6	355,2
	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,4	49,2	234,6
1118	Компот из апельсина	200	0,6	0,2	18,0	114,6
			151,76	107,68	432,69	3041,42