

Утверждаю директор ОВСХК
Ситников С.В.

МЕНЮ НА 10 июня 2024г

День: *понедельник*

Неделя: *третья*

Сезон: *- летний*

Возрастная категория: *15лет и старше*

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			б	ж	у	
	завтрак					
565	макароны отварные	150	5,66	0,68	29,04	145
715	Сарделька отварная	20	5,2	10,5	0	115
1110	Компот из яблок	200	0,13	0,5	24,2	92,91
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,2	24,6	117,5
	Второй завтрак					
	Слойка с корицей	75	7,0	11,8	53,4	261,0
	ряженка	200	5,8	5,0	8,0	100
	обед					
	Салат обычный	100	8,7	4,27	3,9	152,93
282	щи	250	5,94	6,4	7,78	94
737	поджарка	60	5,1	9,9	1,8	115,74
946	Пюре картофельное	150	5,48	6,03	35,34	224,0
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	88
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,2	24,6	117,3
1203	Чай с сахаром	200	0	0	13,59	57,0
	полдник					
	Пирожок печеный с яблоками	75	4,2	4,1	37,5	204
1203	Чай с повидлом	200	0,4	0,1	27,8	144,4
	ужин					
848	Тефтели с рисом	100/75	18,94	26,67	20,04	394
537	рис	150	4,6	5,9	42,7	183,0
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	88
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,2	24,6	117,3
1213	Кофе со сгущенным молоком	200	2,9	2,0	20,9	113
			98,99	104,43	432,2	2779,68