

Утверждаю директор ОВСХК
Ситников С.В.

МЕНЮ НА 13 июня 2024 г.

День: четверг

Неделя: третья

Сезон: летний

Возрастная категория: 15 лет и старше

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			б	ж	у	
	завтрак					
1309	Оладьи с повидлом	100/30	5,5	5,9	32,0	395
1203	Чай с джемом	200	0	0	13,59	57,0
	Второй завтрак					
	Яйцо отварное	50	6,4	5,8	0,4	78,8
	Хлеб пшеничный	30	5,7	0,6	36,9	75,4
	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	106
	Обед					
	Салат из моркови с изюмом и сметаной	100	1,34	1,98	8,91	56,6
262	Борщ со сметаной	250/10	15,75	7,44	13,59	184,32
715	Сосиска молочная	100	11,0	23,9	1,6	266
440	Капуста тушеная	150	4,4	6,5	18,8	113,3
1110	Компот из яблока	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					
	Пирожок с капустой	75	3,9	5,6	32,2	169,9
1113	Компот из с/ф	200	0,5	0	27,0	110
	ужин					
841	шницель	100	17,8	17,5	14,3	286
966	Рогу из овощей	150	4,0	10,7	17,0	180
	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,4	49,2	234,6
1226	Молоко кипяченое	200	5,8	5,0	9,6	106
			121,6	112,08	354,09	2942,06