

Утверждаю директор ОВСХК
Ситников С.В.

МЕНЮ НА 14 июня 2024г

День: пятница

Неделя: третья

Сезон: --летний

Возрастная категория: 15лет и старше

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			б	ж	у	
	завтрак					
539	Каша рисовая вязкая	150	4,51	3,4	28,7	145,5
	Масло сливочное	20	0,12	16,5	0,18	149,7
	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,4	49,2	234,6
1221	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	2,9	2,0	20,9	113,0
	Второй завтрак					
6	Бутерброд с маслом с маслом	120	9,2	17,5	59,2	385
1222	Какао с молоком	200	3,78	0,67	26,0	125,11
	обед					
	Салат ананасовый остров	100	30,2	18,5	14,9	220
297	Рассольник ленинградский	250	3,55	5,75	16,25	132
	сметана	10	0,25	0,2	0,34	20,6
712	Мясо отварное	100	27,2	19,4	0	283,0
537	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,4	10,47	49,44	337,0
1203	Чай с сахаром	200	0	0	13,59	57
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,2	24,6	117,3
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87
	Ватрушка с творогом	75	8,1	13,4	26,1	274,0
1113	Компот из изюма	200				
	полдник					
	яблоко	150	0,6	0,6	14,25	63
	ужин					
	Рыба жареная с помидором	75	10,1	31,0	13,9	189
945	Картофель в молоке	150	4,2	7,05	17,7	146,4
	Хлеб ржаной	100	7,6	0,4	52	238,6
1118	Компот из апельсинов	200	0,6	0,2	18,0	114,4
			123,53	93,97	524,62	3222,26