

Утверждаю директор ОВСХК
Ситников С.В.

МЕНЮ НА 15 апреля 2024г

День: *понедельник*

Неделя: *третья*

Сезон: - *весенний*

Возрастная категория: *15 лет и старше*

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			б	ж	у	
	завтрак					
	Сырники творожные	200	34.34	26.94	26.12	484.3
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.2	24.6	64.0
	Масло сливочное	20	0.12	16.5	0.18	149.7
1131	Чай с лимоном	200	0.13	0.5	24.2	110.0
	Второй завтрак					
	Ватрушка с творогом	75	8.1	13.4	26.1	274
1222	Какао с молоком	200	3.6	3.6	22.8	135.0
	обед					
	Салат из моркови с изюмом и сметаной	100	1.34	1.98	8.91	56.6
347	Суп с домашней лапшой и курицей	250/10	5.81	5.64	13.11	132.17
640	Рыба тушеная с овощами в томате (пикша)	100	12.1	8.91	2.6	131.56
423	Картофель отварной с маслом	150	3.75	4.16	26.86	121.54
	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	16.7	48.0
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,2	24,6	64.0
	Сок фруктовый (яблоко)	200	0	0	11,5	92.0
	полдник					
	Ватрушка картофельная	75	3.8	5.6	32.2	159.5
1222	Какао с молоком	200	3.6	3.6	22.8	135.0
	ужин					
850	Оладьи из печени	75	17.2	12.0	4.05	157.0
537	Рис отварной	150	4.6	5.9	42.7	183.0
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	48.0
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,2	24,6	64.0
1113	Компот из сухофруктов	200	2.4	0.1	41.4	171.0
			107.89	110.66	412.73	2978.37