

Утверждаю директор ОВСХК
Ситников С.В.

МЕНЮ НА 17 апреля 2024г

День: среда

Неделя: третья

Сезон: - весенний

Возрастная категория: 15лет и старше

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			б	ж	у	
	завтрак					
620	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/20	16,7	9,0	2,0	159,0
1222	Какао с молоком	200	6.52	3.72	32.79	154.4
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,2	24,6	135,0
	Второй завтрак					
	Ватрушка с творогом	75	8.1	13.4	26.1	274.0
	кефир	200	5.6	5.0	3.9	100.0
	обед					
33	Салат из свеклы	100	5.4	12,2	8,36	178,0
187	Щи с мясом	250/10	18,9	6,2	12,9	109,0
п/ф	бифштекс	80	8.0	8.55	0.04	160.0
694	Пюре картофельное	150	3,06	6,2	21,5	178,0
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	48,0
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,2	24,6	64,0
	Сок фруктовый (апельсин)	200	0	0	11,5	92,0
	полдник					
	апельсин	200	1.88	0	23.5	96.0
	ужин					
857	Тефтели с соусом	115/75	18.5	26.3	20.82	394.0
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
1203	чай	200/15	0	0	24,0	120,0
			115.26	108.27	337.11	2556.4