

Утверждаю директор ОВСХК
Ситников С.В.

МЕНЮ НА 29 апреля 2024г

День: *понедельник*

Неделя: *пятая*

Сезон: - *весенний*

Возрастная категория: *15 лет и старше*

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			б	ж	у	
	завтрак					
573	макаронник	260	10,7	14,6	41,6	329,2
	сыр	20	5,2	5,36	0,7	60,34
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 яично-крабовый	100	8,5	20,1	6,7	242,7
307	Сур куриный с домашней лапшой	250	5,8	5,6	13,11	132,7
645	Рыба в кляре	100	19,8	3,3	8,5	196
	Пюре гороховое	150	6,0	4,5	15,5	112,4
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	88
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,2	24,6	117,3
	Сок фруктовой	200	0	0	11,5	92,0
	полдник					
	Пирожок печеный с яблоками	75	4,2	4,1	37,5	204
	Компот из изюма	200	0,4	0,1	27,8	144,4
	ужин					
	Гуляш из мяса	50/75	10,94	26,67	3,04	205,83
	Гречка отварная	150	15,9	11,9	96,6	252,25
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	88
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,2	24,6	117,3
	Кофе со сгущенным молоком	200	2,9	2,0	20,9	113
			112,77	104,43	473,35	2921,83