

Утверждаю директор ОВСХК
Ситников С.В.

МЕНЮ НА 8 мая 2024г.

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: - весенний

Возрастная категория: 15 лет и старше

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			б	ж	у	
	завтрак					
	Бутерброд с маслом	60	4,6	8,9	29,6	192,5
	сырник	100	16,0	14,6	20,1	274
	сметана	30	0,78	4,5	1,08	48
	Сок фруктовый	200	0	0	11,5	92,0
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87
	Второй завтрак					
	пастила	100	3,0	0	48,8	36,0
	ряженка	200	5,8	5,0	8,0	100
	обед					
	Салат «Столичный»	100	5,4	16,7	7,0	198
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	3,25	5,48	7,78	94,0
	Поджарка из курицы	50/75	12,6	2,1	1,9	98,0
	Пюре картофельное	150	5,48	6,03	35,34	224
	Кисель из концентрата	200	0	0	10	80
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,2	26	119,3
	Пирожок с повидлом	75	13,5	9,6	47,8	249,5
	полдник					
	коржик	75	5,1	9,3	44	250,0
	кефир	200	5,8	5,0	8,0	100
	Ужин					
	Колбаса вареная	50	50,2	9,4	0,1	106
	Рис отварной	150	4,04	8,0	40,01	203
	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,4	49,2	234,6
	Сок овощной	200	2,0	0,2	0,2	36
			155,55	106,61	429,21	2908,9