

Утверждаю директор ОВСХК
Ситников С.В.

МЕНЮ НА 14 мая 2024г

День: *вторник*

Неделя: *третья*

Сезон: - *весенний*

Возрастная категория: *15 лет и старше*

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			б	ж	у	
	завтрак					
	Каша гречневая молочная жидкая	150	5,2	7,8	18,75	166,27
	сыр	20	5,2	5,36	0,7	60,34
	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					
	винегрет	100	1,6	8,2	9,0	116,0
	Сур рыбный	250	8,82	2,94	22,8	147
	шницель	75	12,8	18,9	0	225,8
	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					
	Кекс творожный	75	7,5	16,5	52,4	388
	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
			108,2	123,97	505,49	4016,8