

Утверждаю директор ОВСХК
Ситников С.В.

МЕНЮ НА 23 мая 2024 г.

День: *четверг*

Неделя: *четвертая*

Сезон: *весенний*

Возрастная категория: *15 лет и старше*

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			б	ж	у	
	завтрак					
	Оладьи с повидлом	100/30	5,5	5,9	32,0	395
	Чай с сахаром	200	0	0	13,59	57,0
	Второй завтрак					
	Яйцо отварное	50	6,4	5,8	0,4	78,8
	Хлеб пшеничный	30	5,7	0,6	36,9	75,4
	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	106
	Обед					
	Салат из моркови с изюмом и сметаной	100	1,34	1,98	8,91	56,6
	Борщ со сметаной	250/10	15,75	7,44	13,59	184,32
	Сосиска молочная	100	11,0	23,9	1,6	266
	Пюре картофельное	150	5,48	6,03	35,34	224
	Компот из яблока	200	5,5	5,36	0,7	60,34
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,2	24,6	117,3
	Пирожок с повидлом	75	13,5	9,6	47,8	249,5
	полдник					
	Пирожок с капустой	75	3,9	5,6	32,2	169,9
	Компот из с/ф	200	0,5	0	27,0	110
	ужин					
	шницель	100	17,8	17,5	14,3	286
	Капуста тушеная	200	7,4	7,2	7,8	127,0
	Хлеб пшеничный	100	7,6	0,4	49,2	234,6
	Молоко кипяченое	200	5,8	5,0	9,6	106
			126,07	108,11	380,23	2990,76