

Столовая

Школьники 12-18 лет

МЕНЮ

05.09.2024 четверг



Рябова Г.Г.

Диета	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	<i>8-30</i>	617	15,70	22,75	87,35	0,08	560
	Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
	Каша жидкая молочная манная с маслом	310	7,26	13,45	39,88		250
	Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
	Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
Второй завтрак	<i>1130</i>	286	8,14	9,78	42,38		230
	Какао с молоком	190	4,90	5,00	32,50		200
	Вафли	96	3,24	4,78	9,88		30
Обед	<i>1500</i>	995	50,18	25,94	141,23	2,30	908
	Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
	Щи из свежей капусты с картофелем	106	2,40	5,16	12,00		300
	Соль						8
	компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
	Плов из птицы	474	35,03	18,68	41,53	2,30	250
Полдник	<i>1730</i>	94	0,80		22,60	4,00	200
	Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
Ужин	<i>1930</i>	674	15,97	22,06	102,84	29,28	735
	Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
	Картофель отварной	276	5,72	8,26	44,60	24,00	300
	Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
	Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
	Свекла тушеная	91	1,81	4,50	10,77	5,20	100/25
Итого за день:		2 666	90,79	80,53	396,40	35,66	

Составитель

мед.сестра

(должность)

Сиволобова Н. А.

(подпись)

(ФИО)