

Столовая  
Школьники 12-18 лет

**МЕНЮ**  
**14.09.2024 суббота**



Диета	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>		<b>642</b>	<b>16,95</b>	<b>24,09</b>	<b>89,37</b>	<b>0,33</b>	<b>560</b>
	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 молоком	82	1,63	1,43	15,72	0,33	200
	Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
<b>Второй завтрак</b>		<b>328</b>	<b>17,98</b>	<b>14,24</b>	<b>31,92</b>	<b>0,30</b>	<b>330</b>
	Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
	Пудинг из творога со сметаной	271	17,60	14,15	18,22	0,22	130
<b>Обед</b>		<b>1 180</b>	<b>57,03</b>	<b>32,00</b>	<b>166,76</b>	<b>7,50</b>	<b>1 033</b>
	Суп картофельный с бобовыми	200	7,44	6,72	26,76		300
	Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
	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
	Свекла тушенная	91	1,81	4,50	10,77	5,20	100/25
<b>Полдник</b>		<b>94</b>	<b>0,80</b>		<b>22,60</b>	<b>4,00</b>	<b>200</b>
	Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
<b>Ужин</b>		<b>660</b>	<b>20,03</b>	<b>19,34</b>	<b>101,45</b>	<b>0,08</b>	<b>550</b>
	Яйца вареные	63	5,10	4,60	0,30		40
	Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
	Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
	Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
	Макаронные изделия отварные с маслом, сахаром	290	6,49	5,44	53,68		200
<b>Итого за день:</b>		<b>2 904</b>	<b>112,79</b>	<b>89,67</b>	<b>412,10</b>	<b>12,21</b>	

Составитель

мед.сестра

(должность)

Сиволобова Н. А.

(подпись)

(ФИО)