

Столовая

Школьники 12-18 лет

# МЕНЮ

## 16.09.2024 понедельник



Диета	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>		<b>798</b>	<b>21,26</b>	<b>28,35</b>	<b>114,40</b>	<b>1,14</b>	<b>560</b>
	Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
	Молоко кипяченое	153	4,87	5,21	21,54	0,96	200
	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом и сахаром	395	8,33	13,93	59,09	0,18	250
	Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
<b>Второй завтрак</b>		<b>181</b>	<b>2,81</b>	<b>3,24</b>	<b>35,06</b>	<b>0,08</b>	<b>230</b>
	Печенье "Сахарное"	124	2,43	3,15	21,36		30
	Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
<b>Обед</b>		<b>910</b>	<b>33,57</b>	<b>26,62</b>	<b>135,02</b>	<b>7,04</b>	<b>933</b>
	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
	Свекла тушеная	91	1,81	4,50	10,77	5,20	100/25
	Плов из говядины	298	16,61	14,86	24,55	1,84	150
<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>713</b>	<b>22,40</b>	<b>24,28</b>	<b>101,15</b>	<b>0,53</b>	<b>540</b>
	Сыр (порциями)	116	7,47	9,54		0,45	30
	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>2 696</b>	<b>80,84</b>	<b>82,49</b>	<b>408,23</b>	<b>12,79</b>	

Составитель

мед.сестра

(должность)

Сиволобова Н. А.

(подпись)

(ФИО)