

Столовая
Школьники 12-18 лет

МЕНЮ
05.11.2024 вторник

Рябова Г.Г.



Диета	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Второй завтрак		350	21,39	15,06	32,26	0,35	330
	Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
	Пудинг из творога со сметаной	293	21,01	14,97	18,56	0,27	130
Обед		1 067	44,93	26,88	161,56	2,86	1 058
	Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
	Соль						8
	Птица отварная	146	19,10	7,40	0,50		100
	компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
	Борщ с фасолью и картофелем	157	4,68	6,48	20,04		300
	Макаронные изделия отварные с маслом	294	7,00	8,20	47,00		200
	Салат из свеклы с сыром	55	1,40	2,70	6,32	2,86	100
Полдник		94	0,80		22,60	4,00	200
	Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
Ужин		670	35,08	20,90	84,61	0,08	810
	Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
	Пюре картофельное	265	6,24	10,20	37,14		300
	Рыба, тушонная в томате с овощами.	98	20,40	1,40			200
	Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
	Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
Итого за день:		2 181	102,20	62,84	301,03	7,29	

Составитель мед.сестра

(должность)

(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)

Столовая
Школьники 12-18 лет

МЕНЮ
05.11.2024 вторник



Диета	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Второй завтрак		350	21,39	15,06	32,26	0,35	330
	Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
	Пудинг из творога со сметаной	293	21,01	14,97	18,56	0,27	130
Обед		1 067	44,93	26,88	161,56	2,86	1 058
	Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
	Соль						8
	Птица отварная	146	19,10	7,40	0,50		100
	компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
	Борщ с фасолью и картофелем	157	4,68	6,48	20,04		300
	Макаронные изделия отварные с маслом	294	7,00	8,20	47,00		200
	Салат из свеклы с сыром	55	1,40	2,70	6,32	2,86	100
Полдник		94	0,80		22,60	4,00	200
	Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
Ужин		670	35,08	20,90	84,61	0,08	810
	Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
	Пюре картофельное	265	6,24	10,20	37,14		300
	Рыба, тушонная в томате с овощами.	98	20,40	1,40			200
	Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
	Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
Итого за день:		2 181	102,20	62,84	301,03	7,29	

Составитель: мед.сестра

(должность)

(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)