

Столовая

Школьники 12-18 лет

МЕНЮ

23.11.2024 суббота



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	476	16,84	18,78	77,11	0,08	
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Суп молочный с макаронными изделиями	169	8,40	9,48	29,64		300
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	422	23,70	24,55	26,52	0,22	
Ряженка	110	5,60	6,40	7,60		200
Сметана	41	0,50	4,00	0,70		20
Пудинг из творога	271	17,60	14,15	18,22	0,22	130
Обед	1 475	49,45	49,80	208,25	5,20	
Суп крестьянский с крупой	574	10,08	23,88	79,68		300
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
Сметана	41	0,50	4,00	0,70		20
Соль						8
Птица отварная	146	19,10	7,40	0,50		100
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
Каша вязкая из пшена с маслом	208	5,21	7,92	28,90		200
Свекла тушенная	91	1,81	4,50	10,77	5,20	100/25
Полдник	94	0,80		22,60	4,00	
Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
Ужин	776	45,60	20,22	102,14	0,08	
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Пюре из гороха с маслом	371	16,76	9,52	54,67		200
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:	3 243	136,39	113,35	436,62	9,58	

Составитель медицинская сестра

(должность)

(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)