

Столовая

Школьники 12-18 лет

МЕНЮ

29.11.2024 пятница



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	647	17,15	14,73	111,61	0,08	
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Каша вязкая молочная из риса и пшена с сахаром	340	8,71	5,43	64,14		210
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	337	21,37	17,17	24,39	0,19	
Ряженка	110	5,60	6,40	7,60		200
Пудинг из творога со сметаной	227	15,77	10,77	16,79	0,19	122,5
Обед	1 179	53,45	32,90	168,07	16,22	
Гороховое пюре	371	16,76	9,52	54,67		100/5
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
Щи из свежей капусты с картофелем	106	2,40	5,16	12,00		300
Сметана	21	0,25	2,00	0,35		10
Соль						8
Птица отварная	146	19,10	7,40	0,50		100
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
Салат из белокачанной капусты	120	2,19	6,72	12,86	16,22	150
Полдник	141	1,20		33,90	9,00	
Сок яблочный	141	1,20		33,90	9,00	300
Ужин	592	18,41	25,44	72,27	0,53	
Картофель и овощи, тушенные в сметанном соусе	169	2,50	6,60	24,80		100/25
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
Итого за день:	2 896	111,58	90,24	410,25	26,02	

Составитель медицинская сестра

(должность)

Летнева Н. М.

(подпись)

(ФИО)