

Столовая  
Школьники 12-18 лет

## МЕНЮ

**05.12.2024 четверг**



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>	<b>617</b>	<b>15,70</b>	<b>22,75</b>	<b>87,35</b>	<b>0,08</b>	
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Каша манная молочная	310	7,26	13,45	39,88		250
Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
<b>Второй завтрак</b>	<b>430</b>	<b>20,65</b>	<b>17,06</b>	<b>49,52</b>	<b>0,20</b>	
Какао с молоком	190	4,90	5,00	32,50		200
Пудинг из творога со сметаной	240	15,75	12,06	17,02	0,20	135
<b>Обед</b>	<b>1 036</b>	<b>50,68</b>	<b>29,94</b>	<b>141,93</b>	<b>2,30</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
Сметана	41	0,50	4,00	0,70		20
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
<b>Полдник</b>	<b>190</b>	<b>4,04</b>	<b>4,78</b>	<b>32,48</b>	<b>4,00</b>	
Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
Вафли	96	3,24	4,78	9,88		30
<b>Ужин</b>	<b>624</b>	<b>14,94</b>	<b>20,50</b>	<b>94,98</b>	<b>21,54</b>	
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Картофель отварной	230	4,77	6,88	37,17	16,67	250
Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
Свекла тушенная	87	1,74	4,32	10,34	4,79	120
<b>Итого за день:</b>	<b>2 897</b>	<b>106,01</b>	<b>95,03</b>	<b>406,26</b>	<b>28,12</b>	

Составитель медицинская сестра

(должность)

(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)