

Столовая

Школьники 12-18 лет

# МЕНЮ

## 14.12.2024 суббота



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>	<b>642</b>	<b>16,95</b>	<b>24,09</b>	<b>89,37</b>	<b>0,33</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 молоком	82	1,63	1,43	15,72	0,33	200
Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
<b>Второй завтрак</b>	<b>381</b>	<b>23,20</b>	<b>20,55</b>	<b>25,82</b>	<b>0,22</b>	
Ряженка	110	5,60	6,40	7,60		200
Пудинг из творога	271	17,60	14,15	18,22	0,22	130
<b>Обед</b>	<b>1 337</b>	<b>59,91</b>	<b>42,88</b>	<b>178,62</b>	<b>24,80</b>	
Суп картофельный с бобовыми	200	7,44	6,72	26,76		300
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
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
Винегрет овощной	207	4,19	11,38	21,93	22,50	125
<b>Полдник</b>	<b>94</b>	<b>0,80</b>		<b>22,60</b>	<b>4,00</b>	
Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
<b>Ужин</b>	<b>537</b>	<b>32,14</b>	<b>15,29</b>	<b>66,94</b>	<b>9,48</b>	
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Рыба, тушеная 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
Свекла тушеная	132	3,30	4,59	19,47	9,40	100/25
<b>Итого за день:</b>	<b>2 991</b>	<b>133,00</b>	<b>102,81</b>	<b>383,35</b>	<b>38,83</b>	

Составитель медицинская сестра

(должность)

(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)