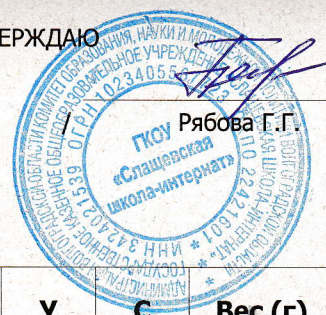


Столовая  
Школьники 12-18 лет

**МЕНЮ**  
**18.12.2024 среда**



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>	<b>949</b>	<b>30,67</b>	<b>38,51</b>	<b>121,03</b>	<b>0,45</b>	
Сыр (порциями)	116	7,47	9,54		0,45	30
Какао с молоком	190	4,90	5,00	32,50		200
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Каша вязкая молочная из пшена с маслом	393	10,24	14,76	54,76		250
Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
<b>Второй завтрак</b>	<b>229</b>	<b>16,57</b>	<b>10,93</b>	<b>15,95</b>		
Сырники из творога с соусом сметанным	146	12,38	6,13	10,25		100
Ряженка	83	4,20	4,80	5,70		150
<b>Обед</b>	<b>1 201</b>	<b>45,17</b>	<b>35,45</b>	<b>176,83</b>	<b>39,90</b>	
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
Птица отварная	177	14,71	12,24	1,88	0,88	100
Макаронные изделия отварные с маслом	210	6,46	2,69	40,02		200
Суп картофельный с бобовыми	151	6,22	4,76	20,92	6,62	300
Винегрет овощной	248	5,03	13,66	26,31	32,40	150
<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>574</b>	<b>31,17</b>	<b>16,90</b>	<b>71,96</b>	<b>0,08</b>	
Каша вязкая рисовая с маслом	169	2,33	6,20	24,49		150/5
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
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
<b>Итого за день:</b>	<b>3 143</b>	<b>127,62</b>	<b>106,57</b>	<b>418,25</b>	<b>44,43</b>	

Составитель медицинская сестра

(должность)

(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)