Слащевская школа-интернат

УТВЕРЖДАЮ

Директор

/ Рябова Г.Г. /

Столовая

Школьники 12-18 лет

МЕНЮ

20.12.2024 пятница

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	**881**	**26,66**	**36,09**	**109,47**	**0,53**	
Сыр (порциями)	116	7,47	9,54		0,45	30
Каша рассыпчатая пшенная с маслом	458	10,75	17,25	62,00		250
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
Второй завтрак	**463**	**21,42**	**18,64**	**52,56**		
Сырники из творога со сметаной	276	16,72	13,64	20,76		100/10
Какао с молоком сгущенным	187	4,70	5,00	31,80		200
Обед	**1 149**	**43,08**	**38,53**	**159,23**	**32,40**	
Картофель отварной с луком	131	2,00	4,61	20,52		100
Борщ с фасолью и картофелем	157	4,68	6,48	20,04		300
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
Сметана	41	0,50	4,00	0,70		20
Гуляш из отварной говядины	157	18,12	7,68	3,96		120
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
Винегрет овощной	248	5,03	13,66	26,31	32,40	150
Полдник	**190**	**4,04**	**4,78**	**32,48**	**4,00**	
Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
Вафли	96	3,24	4,78	9,88		30
Ужин	**804**	**35,66**	**32,04**	**91,37**	**0,08**	
Морковь припущенная с маслом	108	1,40	6,70	10,40		100/5
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Каша рассыпчатая гречневая с маслом	243	6,72	8,64	33,00		120
Птица отварная	146	19,10	7,40	0,50		100
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:	**3 487**	**130,86**	**130,08**	**445,11**	**37,01**	

Составитель медицинская сестра Летнева Н. М.

(должность) (подпись) (ФИО)

Составил:

Дата: 19.12.2024