



Столовая
Школьники 12-18 лет

МЕНЮ

23.12.2024 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	700	18,68	24,06	102,23	0,08	
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
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	341	12,05	11,59	48,33	0,11	
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
Сметана	41	0,50	4,00	0,70		20
Пудинг из творога	174	10,35	7,59	16,03	0,11	135
Обед	1 146	48,10	28,92	172,73	5,20	
Суп картофельный с бобовыми	200	7,44	6,72	26,76		300
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
Соль						8
Птица отварная	146	19,10	7,40	0,50		100
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
Макаронные изделия отварные с маслом	294	7,00	8,20	47,00		200
Свекла тушенная	91	1,81	4,50	10,77	5,20	100/25
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	896	40,59	33,00	106,78	32,48	
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Каша рассыпчатая гречневая с маслом	243	6,72	8,64	33,00		120
Рыба, тушенная 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
Винегрет овощной	248	5,03	13,66	26,31	32,40	150
Итого за день:	3 273	123,46	102,35	462,55	41,87	

Составитель медицинская сестра

(должность)

Летнева Н. М.

(подпись)

(ФИО)