

Столовая  
Школьники 12-18 лет

**МЕНЮ**  
**18.01.2025 суббота**

Рябова Т.Г.



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>	<b>476</b>	<b>16,84</b>	<b>18,78</b>	<b>77,11</b>	<b>0,08</b>	
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Суп молочный с макаронными изделиями	169	8,40	9,48	29,64		300
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>184</b>	<b>5,51</b>	<b>6,27</b>	<b>26,33</b>	<b>0,52</b>	
Печенье "Сахарное"	124	2,43	3,15	21,36		30
Какао с молоком	60	3,08	3,12	4,97	0,52	200
<b>Обед</b>	<b>1 343</b>	<b>47,14</b>	<b>41,30</b>	<b>196,78</b>		
Суп крестьянский с крупой	574	10,08	23,88	79,68		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
Каша вязкая из пшена с маслом	208	5,21	7,92	28,90		200
<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>776</b>	<b>45,60</b>	<b>20,22</b>	<b>102,14</b>	<b>0,08</b>	
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Пюре из гороха с маслом	371	16,76	9,52	54,67		200
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
<b>Итого за день:</b>	<b>2 873</b>	<b>115,89</b>	<b>86,57</b>	<b>424,96</b>	<b>4,68</b>	

Составитель медицинская сестра

(должность)

Летнева Н. М.

(подпись)

(ФИО)