

Столовая

Школьники 12-18 лет

# МЕНЮ

## 29.01.2025 среда



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>	<b>507</b>	<b>15,84</b>	<b>17,60</b>	<b>71,27</b>	<b>0,08</b>	
Суп молочный с крупой (с гречневой крупой)	200	7,40	8,30	23,80		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
<b>Второй завтрак</b>	<b>286</b>	<b>8,14</b>	<b>9,78</b>	<b>42,38</b>		
Какао с молоком	190	4,90	5,00	32,50		200
Вафли	96	3,24	4,78	9,88		30
<b>Обед</b>	<b>933</b>	<b>43,43</b>	<b>21,56</b>	<b>141,76</b>		
Суп картофельный с бобовыми	200	7,44	6,72	26,76		300
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
Птица отварная	146	19,10	7,40	0,50		100
Капуста тушеная	172	4,14	5,34	26,80		200
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		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>588</b>	<b>16,55</b>	<b>21,90</b>	<b>79,37</b>	<b>0,08</b>	
Яйца вареные	63	5,10	4,60	0,30		40
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Каша вязкая рисовая с маслом	218	3,01	8,00	31,60		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>2 408</b>	<b>84,76</b>	<b>70,84</b>	<b>357,38</b>	<b>4,16</b>	

Составитель медицинская сестра

(должность)

Летнева Н. М.

(подпись)

(ФИО)