

Столовая
Школьники 12-18 лет

МЕНЮ
26.09.2025 пятница



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	702	16,77	23,23	106,56	0,30	
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом и сахаром	395	8,32	13,93	59,09	0,22	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	286	8,14	9,78	42,38		
Какао с молоком	190	4,90	5,00	32,50		200
Вафли	96	3,24	4,78	9,88		30
Обед	916	38,21	25,74	133,57	14,42	
Картофель и овощи, тушеные в сметанном соусе	169	2,50	6,60	24,80		100/25
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
Щи из свежей капусты с картофелем	106	2,40	5,16	12,00		300
Соль						8
Птица отварная	146	19,10	7,40	0,50		100
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
Салат из белокачанной капусты	80	1,46	4,48	8,57	14,42	100
Полдник	94	0,80		22,60	4,00	
Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
Ужин	731	26,36	34,26	79,27	5,28	
Рагу из курицы	333	16,11	20,46	21,03		200
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
Свекла тушенная	91	1,81	4,50	10,77	5,20	100/25
Итого за день:	2 729	90,28	93,00	384,38	24,00	

Составитель медицинская сестра

(должность)


(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)