

Столовая

Школьники 12-18 лет

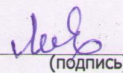
МЕНЮ

02.03.2026 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	861	26,36	32,95	114,70	1,14	
Яйца вареные	63	5,10	4,60	0,30		40
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Молоко кипяченое	153	4,87	5,21	21,54	0,96	200
Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом и сахаром	395	8,33	13,93	59,09	0,18	250
Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
Второй завтрак	347	12,00	10,40	52,30		
Оладьи из творога с молоком сгущенным	160	7,30	5,40	20,50		50/20
Какао с молоком сгущенным	187	4,70	5,00	31,80		200
Обед	976	37,91	33,43	131,89	9,44	
Салат из свеклы с сыром	116	5,65	7,31	6,94	7,60	100
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
Щи из свежей капусты с картофелем	106	2,40	5,16	12,00		300
Сметана	41	0,50	4,00	0,70		20
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
Плов из говядины	298	16,61	14,86	24,55	1,84	150
Полдник	83	0,18		20,40		
Яблоки свежие	83	0,18		20,40		200
Ужин	961	27,43	37,94	127,46	32,93	
Сыр (порциями)	116	7,47	9,54		0,45	30
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
Макаронные изделия отварные с маслом, сахаром	290	6,49	5,44	53,68		200
Винегрет овощной	248	5,03	13,66	26,31	32,40	150
Итого за день:	3 228	103,88	114,72	446,75	43,51	

Составитель медицинская сестра

(должность)



Летнева Н. М.

(ФИО)