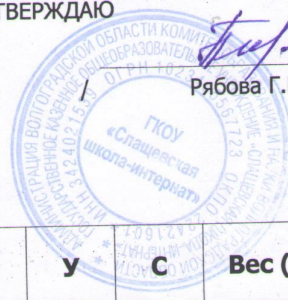


Столовая

Школьники 12-18 лет

# МЕНЮ

07.03.2026 суббота



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>	<b>535</b>	<b>16,76</b>	<b>19,00</b>	<b>74,04</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 молоком	85	1,30	1,49	16,47		150/50/15
Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
<b>Второй завтрак</b>	<b>224</b>	<b>6,73</b>	<b>8,24</b>	<b>30,63</b>	<b>0,15</b>	
Вафли	96	3,24	4,78	9,88		30
Какао с молоком сгущенным	128	3,49	3,46	20,75	0,15	200
<b>Обед</b>	<b>1 138</b>	<b>38,33</b>	<b>33,73</b>	<b>169,51</b>	<b>30,70</b>	
Салат из квашеной капусты	82	1,60	5,00	7,68	25,30	100
Каша рассыпчатая рисовая с маслом	326	4,80	12,00	47,60		200
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
Гуляш из отварной говядины	131	15,10	6,40	3,30		100
Сметана	41	0,50	4,00	0,70		20
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
Суп картофельный с крупой (с пшеном)	143	3,58	4,23	22,53	5,40	300
<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>717</b>	<b>22,91</b>	<b>27,04</b>	<b>94,47</b>	<b>0,53</b>	
Сыр (порциями)	116	7,47	9,54		0,45	30
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Макаронные изделия отварные с маслом	294	7,00	8,20	47,00		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>2 708</b>	<b>85,53</b>	<b>88,01</b>	<b>391,25</b>	<b>35,38</b>	

Составитель медицинская сестра

(должность)

(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)