

Столовая  
Школьники 12-18 лет

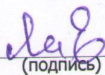
## МЕНЮ

09.03.2026 понедельник

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>	<b>702</b>	<b>16,77</b>	<b>23,23</b>	<b>106,56</b>	<b>0,30</b>	
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
<b>Второй завтрак</b>	<b>206</b>	<b>8,84</b>	<b>11,18</b>	<b>17,48</b>		
Ряженка	110	5,60	6,40	7,60		200
Вафли	96	3,24	4,78	9,88		30
<b>Обед</b>	<b>1 550</b>	<b>50,89</b>	<b>50,06</b>	<b>224,15</b>	<b>7,21</b>	
Суп крестьянский с крупой	574	10,08	23,88	79,68		300
Макаронные изделия отварные с маслом	294	7,00	8,20	47,00		200
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
Сметана	41	0,50	4,00	0,70		20
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	7,21	100
<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>748</b>	<b>34,84</b>	<b>23,84</b>	<b>97,47</b>	<b>0,08</b>	
Картофельное пюре с маслом	343	6,00	13,14	50,00		300
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
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>3 299</b>	<b>112,13</b>	<b>108,31</b>	<b>468,26</b>	<b>11,59</b>	

Составитель медицинская сестра

(должность)



(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)