



Столовая
Школьники 12-18 лет

МЕНЮ

12.03.2026 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	724	22,56	28,88	93,00	0,33	
Яйца вареные	63	5,10	4,60	0,30		40
Каша жидкая молочная манная с маслом	310	7,26	13,45	39,88		250
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Хлеб пшеничный	198	8,50	1,60	37,00		100
Чай с молоком	82	1,63	1,43	15,72	0,33	200
Второй завтрак	336	21,76	16,92	24,31	0,18	
Ряженка	110	5,60	6,40	7,60		200
Пудинг из творога	226	16,16	10,52	16,71	0,18	122,5
Обед	819	42,63	24,96	105,89	16,26	
Щи из свежей капусты с картофелем	71	1,60	3,44	8,00		200
Плов из птицы	379	28,02	14,94	33,22	1,84	200
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
Салат из белокачанной капусты	80	1,46	4,48	8,57	14,42	100
компот из смеси сухофруктов						200
Полдник	218	3,23	3,15	43,96	4,00	
Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
Печенье "Сахарное"	124	2,43	3,15	21,36		30
Ужин	659	25,06	29,95	71,83	0,08	
Рагу из курицы	333	16,11	20,46	21,03		200
Хлеб пшеничный	198	8,50	1,60	37,00		100
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
Итого за день:	2 755	115,24	103,86	338,99	20,85	

Составитель медицинская сестра
(должность)

Летнева Н. М.
(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)