

Столовая

Школьники 12-18 лет

МЕНЮ

22.03.2026 воскресенье



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	476	16,84	18,78	77,11	0,08	
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
Суп молочный с макаронными изделиями	169	8,40	9,48	29,64		300
Второй завтрак	307	14,80	9,90	40,70		
Сырники из творога с соусом сметанным	117	9,90	4,90	8,20		50/30
Какао с молоком	190	4,90	5,00	32,50		200
Обед	902	31,60	27,38	133,40	13,42	
Суп картофельный с крупой (с рисом)	122	1,80	5,20	16,50		250
Морковь, тушенная в сметанном соусе	80	1,55	3,15	11,46		100
Хлеб ржаной	289	11,55	2,10	56,10		150
Сметана	41	0,50	4,00	0,70		20
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
Солянка домашняя	244	15,00	12,93	17,04	13,42	250
Полдник	94	0,80		22,60	4,00	
Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
Ужин	666	22,63	27,48	80,47	0,53	
Сыр (порциями)	116	7,47	9,54		0,45	30
Масло сливочное (порциями)	71	0,07	7,80	0,10		10
Каша рассыпчатая гречневая с маслом	243	6,72	8,64	33,00		120
Чай с сахаром	57	0,38	0,09	13,70	0,08	200
Хлеб пшеничный	179	7,99	1,41	33,67		100
Итого за день:	2 445	86,67	83,54	354,28	18,03	

Составитель медицинская сестра

(должность)

Летнева Н. М.

(ФИО)