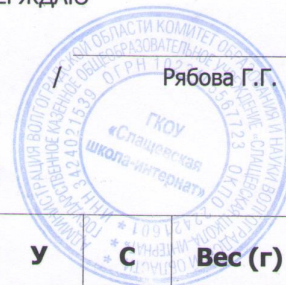


Столовая

Школьники 12-18 лет

МЕНЮ

23.03.2026 понедельник



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	702	16,77	23,23	106,56	0,30	
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
Второй завтрак	338	21,96	17,02	24,33	0,19	
Ряженка	110	5,60	6,40	7,60		200
Пудинг из творога	228	16,36	10,62	16,73	0,19	135
Обед	1 174	45,82	37,93	162,89	14,86	
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
компот из смеси сухофруктов	126	1,20		31,60		200
Птица отварная	218	19,71	14,66	1,91	0,88	100
Борщ с фасолью и картофелем	126	4,40	4,49	17,01	6,77	300
Салат из белокачанной капусты	80	1,46	4,48	8,57	7,21	100
Полдник	94	0,80		22,60	4,00	
Сок яблочный	94	0,80		22,60	4,00	200
Ужин	748	34,84	23,84	97,47	0,08	
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
Итого за день:	3 056	120,18	102,02	413,85	19,43	

Составитель медицинская сестра

(должность)

Летнева Н. М.

(ФИО)