



Рябова Г.Г.

МЕНЮ

17.04.2026 пятница

Столовая

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Цена (РУБ)	Пищевая ценность			Энерг. ценность
			Белки	Жиры	Угле-воды	
Школьники 12-18 лет						
Завтрак		51.32	16.77	23.23	106.56	702
Масло сливочное (порциями)	10	10.30	0.07	7.80	0.10	71
Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом и сахаром	250	30.11	8.32	13.93	59.09	395
Чай с сахаром	200	1.74	0.38	0.09	13.70	57
Хлеб пшеничный	100	9.17	7.99	1.41	33.67	179
Второй завтрак		13.76	8.14	9.78	42.38	286
Какао с молоком	200	6.99	4.90	5.00	32.50	190
Вафли	30	6.77	3.24	4.78	9.88	96
Обед		109.56	38.21	25.74	133.57	916
Картофель и овощи, тушенные в сметанном соусе	100/25	17.01	2.50	6.60	24.80	169
Хлеб ржаной	150	12.47	11.55	2.10	56.10	289
Щи из свежей капусты с картофелем	300	17.16	2.40	5.16	12.00	106
Соль	8	0.12				
Птица отварная	100	50.52	19.10	7.40	0.50	146
компот из смеси сухофруктов	200	2.59	1.20		31.60	126
Салат из белокачанной капусты	100	9.69	1.46	4.48	8.57	80
Полдник		10.60	0.80		22.60	94
Сок яблочный	200	10.60	0.80		22.60	94
Ужин		65.59	24.55	29.76	68.50	640
Рагу из курицы	200	44.38	16.11	20.46	21.03	333
Масло сливочное (порциями)	10	10.30	0.07	7.80	0.10	71
Чай с сахаром	200	1.74	0.38	0.09	13.70	57
Хлеб пшеничный	100	9.17	7.99	1.41	33.67	179
Итого за день:	2 483	250.83	88.47	88.50	373.61	2 638

Составитель Диетическая сестра

(должность)

(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)