



Рябова Г.Г.

## МЕНЮ

### 24.04.2026 пятница

Столовая

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Цена (РУБ)	Пищевая ценность			Энерг. ценность
			Белки	Жиры	Угле-воды	
<b>Школьники 12-18 лет</b>						
<b>Завтрак</b>		<b>52.94</b>	<b>17.46</b>	<b>25.23</b>	<b>94.49</b>	<b>676</b>
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом	250	27.01	7.26	14.40	41.67	325
Масло сливочное (порциями)	10	10.30	0.07	7.80	0.10	71
Хлеб пшеничный	100	9.17	8.50	1.60	37.00	198
Чай с молоком	200	6.46	1.63	1.43	15.72	82
<b>Второй завтрак</b>		<b>8.51</b>	<b>3.62</b>	<b>4.87</b>	<b>23.58</b>	<b>153</b>
Чай с сахаром	200	1.74	0.38	0.09	13.70	57
Вафли	30	6.77	3.24	4.78	9.88	96
<b>Обед</b>		<b>130.90</b>	<b>32.73</b>	<b>25.91</b>	<b>100.17</b>	<b>764</b>
Солянка домашняя	250	76.40	15.00	12.93	17.04	244
Борщ с фасолью и картофелем	300	19.56	4.68	6.48	20.04	157
Хлеб ржаной	150	12.47	11.55	2.10	56.10	289
компот из смеси сухофруктов	200	1.65				
Салат из квашеной капусты	100	20.82	1.50	4.40	6.99	74
<b>Полдник</b>		<b>10.60</b>	<b>0.80</b>		<b>22.60</b>	<b>94</b>
Сок яблочный	200	10.60	0.80		22.60	94
<b>Ужин</b>		<b>68.39</b>	<b>30.80</b>	<b>26.91</b>	<b>88.71</b>	<b>731</b>
Рыба, тушеная с овощами	100	20.36	10.20	0.70		49
Каша вязкая гречневая с маслом	200	8.85	6.00	9.41	30.97	240
Хлеб пшеничный	100	9.17	8.50	1.60	37.00	198
Масло сливочное (порциями)	10	10.30	0.07	7.80	0.10	71
Салат из свеклы с сыром	100	17.97	5.65	7.31	6.94	116
Чай с сахаром	200	1.74	0.38	0.09	13.70	57
<b>Итого за день:</b>	<b>2 700</b>	<b>271.34</b>	<b>85.41</b>	<b>82.92</b>	<b>329.54</b>	<b>2 418</b>

Составитель Диетическая сестра

(должность)

(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)