



Рябова Г.Т.

МЕНЮ

27.04.2026 понедельник

Столовая

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Цена (РУБ)	Пищевая ценность			Энерг. ценность
			Белки	Жиры	Угле-воды	
Школьники 12-18 лет						
Завтрак		69.39	21.26	28.35	114.40	798
Масло сливочное (порциями)	10	10.30	0.07	7.80	0.10	71
Молоко кипяченое	200	19.81	4.87	5.21	21.54	153
Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом и сахаром	250	30.11	8.33	13.93	59.09	395
Хлеб пшеничный	100	9.17	7.99	1.41	33.67	179
Второй завтрак		68.50	11.90	11.60	103.80	563
Какао с молоком сгущенным	200	14.50	4.70	5.00	31.80	187
булочка	100	54.00	7.20	6.60	72.00	376
Обед		153.93	39.31	34.83	151.83	1 072
Хлеб ржаной	150	12.47	11.55	2.10	56.10	289
Сметана	20	5.48	0.50	4.00	0.70	41
компот из смеси сухофруктов	200	2.59	1.20		31.60	126
Суп картофельный с горохом	300	16.43	6.10	4.76	21.34	153
Плов из говядины	150	96.95	16.61	14.86	24.55	298
Винегрет овощной	100	20.01	3.35	9.11	17.54	165
Полдник		10.60	0.80		22.60	94
Сок яблочный	200	10.60	0.80		22.60	94
Ужин		133.33	78.94	33.29	94.23	990
Мясо отварное	50	89.67	62.60	11.80		354
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
Каша пшеничная с маслом	200	22.45	7.90	12.19	46.76	329
Хлеб пшеничный	100	9.17	7.99	1.41	33.67	179
Итого за день:	2 540	435.75	152.21	108.07	486.86	3 517

Составитель Диетическая сестра

(должность)

(подпись)

Летнева Н. М.

(ФИО)