

# МЕНЮ

09.05.2026 суббота

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>35.16</b>	<b>18.02</b>	<b>23.10</b>	<b>95.16</b>	<b>667</b>
Каша вязкая пшенная с маслом	300	13.49	9.58	13.80	47.69	360
Масло сливочное (порциями)	10	10.75	0.07	7.80	0.10	71
Чай с сахаром	200	1.74	0.38	0.09	13.70	57
Хлеб пшеничный	100	9.18	7.99	1.41	33.67	179
<b>Второй завтрак</b>		<b>47.68</b>	<b>19.85</b>	<b>14.08</b>	<b>40.20</b>	<b>367</b>
Какао с молоком сгущенным	200	14.45	3.49	3.46	23.47	139
Пудинг из творога	135	33.23	16.36	10.62	16.73	228
<b>Обед</b>		<b>99.29</b>	<b>40.93</b>	<b>27.06</b>	<b>144.28</b>	<b>981</b>
Салат из моркови с сахаром	100	8.69	1.25	0.10	11.90	54
Хлеб ржаной	150	12.52	11.55	2.10	56.10	289
Сметана	20	5.48	0.50	4.00	0.70	41
Соль	8	0.12				
Птица отварная	100	51.00	19.10	7.40	0.50	146
компот из смеси сухофруктов	200	3.62	1.20		31.60	126
Каша вязкая из пшена с маслом	200	7.89	5.21	7.92	28.90	208
Суп крестьянский с крупой	300	9.97	2.12	5.54	14.58	117
<b>Полдник</b>		<b>14.60</b>	<b>0.80</b>		<b>22.60</b>	<b>94</b>
Сок яблочный	200	14.60	0.80		22.60	94
<b>Ужин</b>		<b>104.15</b>	<b>32.62</b>	<b>14.75</b>	<b>71.78</b>	<b>554</b>
Масло сливочное (порциями)	10	10.75	0.07	7.80	0.10	71
Рыба, тушеная с овощами	200	41.80	20.40	1.40		98
Чай с сахаром	200	1.74	0.38	0.09	13.70	57
Хлеб пшеничный	100	9.18	7.99	1.41	33.67	179
Рагу по-домашнему	200	20.41	2.28	4.05	17.32	115
Салат из квашеной капусты	100	20.27	1.50		6.99	34
<b>Итого за день:</b>	<b>3 033</b>	<b>300.88</b>	<b>112.22</b>	<b>78.99</b>	<b>374.02</b>	<b>2 663</b>

Составитель Диетическая сестра  
(должность)

  
(подпись)
Летнева Н. М.  
(ФИО)