

МЕНЮ

03.09.2026 четверг

Столовая

Наименование блюда	Вес блюда (г)	Цена (РУБ)	Пищевая ценность			Энерг. ценность
			Белки	Жиры	Угле- воды	
Школьники 12-18 лет						
Завтрак		36.93	14.10	13.40	66.84	444
Масло сливочное (порциями)	10	10.95	0.07	7.80	0.10	71
Чай с сахаром	200	1.75	0.38	0.09	13.70	57
Хлеб пшеничный	100	9.18	7.99	1.41	33.67	179
Суп молочный с крупой (с гречневой крупой)	250	15.05	5.66	4.10	19.37	137
Второй завтрак		37.84	8.03	9.55	28.96	234
Ряженка	200	32.95	5.60	6.40	7.60	110
Печенье "Сахарное"	30	4.89	2.43	3.15	21.36	124
Обед		97.94	38.93	21.93	126.49	858
Хлеб ржаной	150	12.55	11.55	2.10	56.10	289
Птица отварная	100	51.21	19.10	7.40	0.50	146
компот из смеси сухофруктов	200	3.85	1.20		31.60	126
Салат из белокачанной капусты	100	9.73	1.46	4.48	8.57	80
Суп картофельный с бобовыми	200	9.62	4.12	3.95	13.92	108
Рис отварной с маслом	100	10.98	1.50	4.00	15.80	109
Полдник		16.22	0.80		22.60	94
Сок яблочный	200	16.22	0.80		22.60	94
Ужин		46.12	30.44	21.49	96.57	701
Масло сливочное (порциями)	10	10.95	0.07	7.80	0.10	71
Чай с сахаром	200	1.75	0.38	0.09	13.70	57
Хлеб пшеничный	100	9.18	7.99	1.41	33.67	179
Гречка отварная с маслом	200	9.63	10.32	5.93	47.12	283
Рыба,тушонная с овощами и томатом	100	14.61	11.69	6.25	1.99	111
Итого за день:	2 450	235.05	92.30	66.37	341.46	2 331

Составитель Диетическая сестра

(должность)

Летнева Н. М.

(подпись)

(ФИО)