

**МЕНЮ****28.09.2026 понедельник**

Столовая

| Наименование блюда                  | Вес<br>блюда<br>(г) | Цена (РУБ) | Пищевая ценность |       |               | Энерг.<br>ценность |
|-------------------------------------|---------------------|------------|------------------|-------|---------------|--------------------|
|                                     |                     |            | Белки            | Жиры  | Угле-<br>воды |                    |
| Школьники 12-18 лет                 |                     |            |                  |       |               |                    |
| Завтрак                             |                     | 33.66      | 17.04            | 23.10 | 97.07         | 673                |
| Каша рассыпчатая пшениная с маслом  | 200                 | 11.72      | 8.60             | 13.80 | 49.60         | 366                |
| Масло сливочное (порциями)          | 10                  | 10.99      | 0.07             | 7.80  | 0.10          | 71                 |
| Чай с сахаром                       | 200                 | 1.76       | 0.38             | 0.09  | 13.70         | 57                 |
| Хлеб пшеничный                      | 100                 | 9.19       | 7.99             | 1.41  | 33.67         | 179                |
| Второй завтрак                      |                     | 21.82      | 7.94             | 9.78  | 41.68         | 283                |
| Какао с молоком сгущенным           | 200                 | 14.33      | 4.70             | 5.00  | 31.80         | 187                |
| Вафли                               | 30                  | 7.49       | 3.24             | 4.78  | 9.88          | 96                 |
| Обед                                |                     | 114.19     | 38.77            | 40.32 | 195.51        | 1 294              |
| Морковь,тушенная с яблоками         | 100                 | 15.96      | 1.20             | 4.16  | 12.62         | 93                 |
| Суп крестьянский с крупой           | 300                 | 10.68      | 10.08            | 23.88 | 79.68         | 574                |
| Хлеб ржаной                         | 150                 | 12.39      | 11.55            | 2.10  | 56.10         | 289                |
| компот из смеси сухофруктов         | 200                 | 3.95       | 1.20             |       | 31.60         | 126                |
| Солянка домашняя                    | 250                 | 71.21      | 14.74            | 10.18 | 15.51         | 213                |
| Полдник                             |                     | 3.00       |                  |       |               |                    |
| компот из смеси сухофруктов         | 200                 | 3.00       |                  |       |               |                    |
| Ужин                                |                     | 42.56      | 23.84            | 20.80 | 99.39         | 680                |
| Яйца вареные                        | 40                  | 15.13      | 5.10             | 4.60  | 0.30          | 63                 |
| Масло сливочное (порциями)          | 10                  | 10.99      | 0.07             | 7.80  | 0.10          | 71                 |
| Чай с сахаром                       | 200                 | 1.76       | 0.38             | 0.09  | 13.70         | 57                 |
| Хлеб пшеничный                      | 100                 | 9.19       | 7.99             | 1.41  | 33.67         | 179                |
| Каша рассыпчатая гречневая с маслом | 200                 | 5.49       | 10.30            | 6.90  | 51.62         | 310                |
| Итого за день:                      | 2 490               | 215.23     | 87.59            | 94.00 | 433.65        | 2 930              |

Составитель Диетическая сестра  
(должность)Летнева Н. М.  
(подпись) (ФИО)