





Столовая  
Дети 12-18 (Шк)

## МЕНЮ

### 03.02.2025 понедельник

Тип блюда	Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>		<b>632</b>	<b>18,27</b>	<b>36,04</b>	<b>58,79</b>	<b>7,22</b>	<b>511</b>
	Омлет натуральный	224	10,78	19,20	2,04	0,20	106/10
	Икра кабачковая консервированная	123	2,00	9,00	8,54	7,00	100
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40
	Хлеб пшеничный	94	3,04	0,32	19,68		40
	Чай с сахаром	55	0,09	0,03	13,64	0,02	200/15
<b>Второй завтрак</b>		<b>165</b>	<b>4,46</b>	<b>3,81</b>	<b>42,33</b>	<b>80,80</b>	<b>430</b>
	Вафли кондитерские	69	2,25	3,54	7,08		30
	Сок фруктовый	45	1,00		24,40	0,40	200
	Апельсин	51	1,21	0,27	10,85	80,40	200
<b>Обед</b>		<b>1 040</b>	<b>36,68</b>	<b>26,79</b>	<b>157,33</b>	<b>13,69</b>	<b>1 095</b>
	Огурец соленый	11	0,48	0,48	1,92	6,00	60
	Суп картофельный с бобовыми	178	6,59	6,32	19,84	2,10	300
	Котлеты или биточки рыбные минтай	168	12,60	9,79	7,43	0,60	100/10
	Соус томатный	33	0,54	1,86	3,47		50
	Пюре картофельное	183	4,09	6,40	27,25	4,84	200
	Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01	0,15	200
	Хлеб пшеничный	118	3,80	0,40	24,60		50
	Хлеб ржано-пшеничный	217	7,92	1,44	40,80		120
	Соль						5
<b>Полдник</b>		<b>387</b>	<b>6,05</b>	<b>5,44</b>	<b>74,19</b>	<b>1,99</b>	<b>300</b>
	Ватрушка с повидлом	268	5,94	5,32	49,10	0,16	100
	Кисель из яблок	119	0,11	0,12	25,09	1,83	200
<b>Ужин</b>		<b>500</b>	<b>15,99</b>	<b>17,73</b>	<b>69,24</b>	<b>1,10</b>	<b>580</b>
	Суп молочный с макаронными изделиями	173	6,32	6,10	23,30	0,78	300
	Бутерброд с маслом	136	2,36	7,49	14,89		40
	Хлеб пшеничный	72	3,23	0,60	13,47		40
	Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58	0,32	200
<b>Второй ужин</b>		<b>100</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,00</b>	<b>1,40</b>	<b>200</b>
	Кефир	100	5,80	5,00	8,00	1,40	200
<b>Итого за день:</b>		<b>2 824</b>	<b>87,24</b>	<b>94,81</b>	<b>409,87</b>	<b>106,20</b>	<b>3116</b>

Составитель Завклад

(должность)

(подпись)

Литвинова Е.В.

(ФИО)