

Столовая
Дети 7-11 (СанПин 20)

МЕНЮ

18.05.2026 понедельник



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	696	15,03	20,11	113,71		505
Каша рассыпчатая (пшенная)с сахаром	365	9,00	9,96	60,02		220
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
Кофейный напиток	84	0,66	0,63	18,85		200
Второй завтрак	444	10,10	7,31	84,43	35,86	310
пирожок с яблоками	388	9,98	7,29	70,74	33,31	110
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Обед	846	37,69	32,96	89,16	74,63	840
хлеб ржано-пшеничный	210	7,24	1,23	34,03		100
Суп картофельный с бобовыми	136	5,05	4,94	17,75	4,60	250
Капуста тушеная	154	4,08	7,36	15,78	68,32	200
Курица отварная	261	20,57	19,43	1,03	0,11	90
сок яблочный	85	0,75		20,57	1,60	200
Полдник	66	0,60		16,95		150
яблоко	66	0,60		16,95		150
Ужин	475	15,07	18,02	62,87	3,01	535
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
Суп молочный с крупой (геркулес)	109	4,50	3,87	14,06	0,46	210
яйцо варёное	63	5,08	4,60	0,28		40
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Итого за день:	2 527	78,49	78,41	367,12	113,50	2340

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)

Столовая

Дети 12-18 (СанПиН 20)

МЕНЮ**18.05.2026 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	829	18,04	24,79	133,51		560
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
Каша рассыпчатая (пшенная)с сахаром	415	10,22	11,31	68,20		250
Кофейный напиток	84	0,66	0,63	18,85		200
Второй завтрак	444	10,10	7,31	84,43	35,86	310
пирожок с яблоками	388	9,98	7,29	70,74	33,31	110
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Обед	980	43,24	35,69	123,95	74,66	900
хлеб ржано-пшеничный.	315	10,50	1,80	68,70		150
Суп картофельный с бобовыми	136	5,05	4,94	17,75	4,60	250
Капуста тушеная	154	4,08	7,36	15,78	68,32	200
Курица отварная	290	22,86	21,59	1,15	0,14	100
сок яблочный	85	0,75		20,57	1,60	200
Полдник	66	0,60		16,95		150
яблоко	66	0,60		16,95		150
Ужин	579	17,71	22,08	77,17	3,20	600
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
Суп молочный с крупой (геркулес)	130	5,36	4,61	16,74	0,65	250
яйцо варёное	63	5,08	4,60	0,28		40
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Итого за день:	2 898	89,69	89,87	436,01	113,72	2520

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)

Столовая

Дети 7-11 (СанПин 20)

МЕНЮ**19.05.2026 вторник**

Бондаренко Е.П.

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	674	19,11	29,59	82,58	0,70	525
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
Каша жидкая молочная из манной крупы	228	5,70	9,95	28,89	0,52	210
Сыр (порциями)	115	7,38	9,48		0,18	30
Кофейный напиток	84	0,66	0,63	18,85		200
Второй завтрак	483	16,66	13,01	74,67	0,06	320
снежок	154	5,20	5,00	22,00		200
Рулет с творогом	329	11,46	8,01	52,67	0,06	120
Обед	976	40,40	33,58	119,54	11,76	890
хлеб ржано-пшеничный	210	7,24	1,23	34,03		100
Борщ с капустой , картофелем и курицей	213	10,87	9,74	20,37	8,18	250
Каша рассыпчатая (гречневая)	258	7,95	8,36	37,70		150
огурцы консервированные	11			2,73		100
Гуляш из курицы	199	13,59	14,25	4,14	1,98	90
сок яблочный	85	0,75		20,57	1,60	200
Полдник	66	0,60		16,95		150
яблоко	66	0,60		16,95		150
Ужин	570	11,08	19,62	86,94	3,07	495
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
Каша вязкая молочная из риса	267	5,59	10,07	38,41	0,52	210
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Итого за день:	2 769	87,85	95,80	380,68	15,59	2380

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)

Столовая

Дети 12-18 (СанПиН 20)

МЕНЮ

19.05.2026 вторник



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	757	20,89	32,91	94,20	0,70	550
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
Каша жидкая молочная из манной крупы	228	5,70	9,95	28,89	0,52	210
Сыр (порциями)	115	7,38	9,48		0,18	30
Кофейный напиток	84	0,66	0,63	18,85		200
Второй завтрак	483	16,66	13,01	74,67	0,06	320
снежок	154	5,20	5,00	22,00		200
Рулет с творогом	329	11,46	8,01	52,67	0,06	120
Обед	1 154	46,76	37,41	162,21	12,22	980
хлеб ржано-пшеничный.	315	10,50	1,80	68,70		150
Борщ с капустой , картофелем и курицей	213	10,87	9,74	20,37	8,18	250
Каша рассыпчатая (гречневая)	309	9,54	10,04	45,24		180
огурцы консервированные	11			2,73		100
Гуляш из курицы	221	15,10	15,83	4,60	2,44	100
сок яблочный	85	0,75		20,57	1,60	200
Полдник	66	0,60		16,95		150
яблоко	66	0,60		16,95		150
Ужин	691	13,66	24,38	104,05	3,23	550
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
Каша вязкая молочная из риса	305	6,39	11,51	43,90	0,68	240
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Итого за день:	3 152	98,57	107,70	452,07	16,21	2550

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)

Столовая

Дети 7-11 (СанПиН 20)

МЕНЮ

20.05.2026 среда



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	608	17,01	19,57	91,09	0,52	505
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
Какао с молоком	115	3,54	3,43	17,46	0,52	200
Макаронные изделия отварные с сахаром	246	8,10	6,61	38,79		220
Второй завтрак	429	17,16	19,82	45,66	0,21	300
Сырники из творога	291	17,16	19,82	11,11	0,21	100
кисель	138			34,55		200
Обед	918	34,93	26,56	126,61	11,19	860
хлеб ржано-пшеничный	210	7,24	1,23	34,03		100
Суп картофельный с рыбой	117	7,88	2,82	15,13	6,49	250
Плов из курицы	471	17,53	22,22	50,22	3,10	250
икра кабачковая	35	1,53	0,29	6,66		60
сок яблочный	85	0,75		20,57	1,60	200
Полдник	137	2,34	5,31	20,31		30
печенье	137	2,34	5,31	20,31		30
Ужин	667	30,46	23,62	82,91	31,33	585
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
помидоры консервированные	39	2,07	0,35	6,92		100
запеканка картофельная с печенью	325	22,90	13,72	27,46	28,78	200
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Итого за день:	2 760	101,90	94,88	366,58	43,25	2280

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)

Столовая

Дети 12-18 (СанПиН 20)

МЕНЮ

20.05.2026 среда



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	714	19,52	23,50	106,23	0,52	550
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
Какао с молоком	115	3,54	3,43	17,46	0,52	200
Макаронные изделия отварные с сахаром	269	8,83	7,21	42,31		240
Второй завтрак	429	17,16	19,82	45,66	0,21	300
Сырники из творога	291	17,16	19,82	11,11	0,21	100
кисель	138			34,55		200
Обед	1 047	39,21	27,32	165,72	11,19	950
хлеб ржано-пшеничный.	315	10,50	1,80	68,70		150
Суп картофельный с рыбой	117	7,88	2,82	15,13	6,49	250
Плов из курицы	471	17,53	22,22	50,22	3,10	250
икра кабачковая	59	2,55	0,48	11,10		100
сок яблочный	85	0,75		20,57	1,60	200
Полдник	137	2,34	5,31	20,31		30
печенье	137	2,34	5,31	20,31		30
Ужин	750	32,24	26,94	94,53	31,33	610
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
помидоры консервированные	39	2,07	0,35	6,92		100
запеканка картофельная с печенью	325	22,90	13,72	27,46	28,78	200
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Итого за день:	3 077	110,48	102,88	432,45	43,25	2440

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)



Столовая

Дети 7-11 (СанПин 20)

МЕНЮ

21.05.2026 четверг

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	712	21,64	22,13	106,47	0,52	505
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
яйцо варёное	63	5,08	4,60	0,28		40
Каша рассыпчатая (гречневая)с сахаром и маслом	276	8,56	5,18	48,91		180
Кофейный напиток с молоком	126	2,63	2,82	22,44	0,52	200
Второй завтрак	493	12,66	14,82	77,61	1,14	310
ряженка	126	5,60	8,00	8,20	0,49	200
ватрушка с джемом	367	7,06	6,82	69,41	0,65	110
Обед	862	30,10	26,92	116,28	44,00	920
хлеб ржано-пшеничный	210	7,24	1,23	34,03		100
Щи из свежей капусты	147	6,91	9,42	8,70	12,45	250
Пюре картофельное	165	3,68	5,76	24,53	19,61	180
Тефтели рыбные	128	10,77	6,11	7,49	1,82	90
Салат из квашеной капусты	74	1,50	4,40	6,99	10,12	100
кисель	138			34,55		200
Полдник	66	0,60		16,95		150
яблоко	66	0,60		16,95		150
Ужин	742	30,46	33,83	78,74	15,44	635
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
помидоры консервированные	39	2,07	0,35	6,92		100
Жаркое по-домашнему из говядины	400	22,90	23,93	23,29	12,89	250
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Итого за день:	2 875	95,46	97,71	396,05	61,10	2520

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)

Столовая

Дети 12-18 (СанПин 20)

МЕНЮ

21.05.2026 четверг



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	826	24,37	26,03	123,52	0,52	550
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
яйцо варёное	63	5,08	4,60	0,28		40
Каша рассыпчатая (гречневая)с сахаром и маслом	307	9,51	5,76	54,34		200
Кофейный напиток с молоком	126	2,63	2,82	22,44	0,52	200
Второй завтрак	493	12,66	14,82	77,61	1,14	310
ряженка	126	5,60	8,00	8,20	0,49	200
ватрушка с джемом	367	7,06	6,82	69,41	0,65	110
Обед	981	34,56	28,17	151,78	44,43	980
хлеб ржано-пшеничный.	315	10,50	1,80	68,70		150
Щи из свежей капусты	147	6,91	9,42	8,70	12,45	250
Пюре картофельное	165	3,68	5,76	24,53	19,61	180
Тефтели рыбные	143	11,97	6,79	8,32	2,25	100
Салат из квашеной капусты	74	1,50	4,40	6,99	10,12	100
кисель	138			34,55		200
Полдник	66	0,60		16,95		150
яблоко	66	0,60		16,95		150
Ужин	825	32,24	37,15	90,36	15,44	660
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
помидоры консервированные	39	2,07	0,35	6,92		100
Жаркое по-домашнему из говядины	400	22,90	23,93	23,29	12,89	250
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Итого за день:	3 191	104,43	106,17	460,22	61,53	2650

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)

Столовая

Дети 7-11 (СанПиН 20)

МЕНЮ

22.05.2026 пятница



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	789	20,24	36,49	94,91	0,16	561
Омлет натуральный	216	10,43	18,55	1,93	0,16	116
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
Кофейный напиток	84	0,66	0,63	18,85		200
Каша рассыпчатая (кукурузная) с сахаром	242	3,78	7,78	39,29		160
Второй завтрак	536	13,01	11,28	95,46	0,75	320
Какао с молоком	115	3,54	3,43	17,46	0,52	200
Булочка творожная с изюмом	421	9,47	7,85	78,00	0,23	120
Обед	829	25,72	26,77	110,47	57,81	920
хлеб ржано-пшеничный	210	7,24	1,23	34,03		100
Рассольник ленинградский	123	2,44	4,73	17,57	4,40	250
Картофель отварной	180	3,46	6,79	23,98	42,38	180
помидоры консервированные	39	2,07	0,35	6,92		100
голубцы ленивые	194	10,45	13,67	7,17	11,03	90
Компот из смеси сухофруктов	83	0,06		20,80		200
Полдник	155	1,32	12,00	10,50		30
вафли	155	1,32	12,00	10,50		30
Ужин	635	18,30	28,50	76,04	3,15	515
Сыр (порциями)	115	7,38	9,48		0,18	30
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
Каша жидкая молочная из манной крупы.	217	5,42	9,47	27,51	0,42	200
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Итого за день:	2 944	78,59	115,05	387,38	61,86	2346

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)

Столовая

Дети 12-18 (СанПин 20)

МЕНЮ

22.05.2026 пятница



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	872	22,02	39,81	106,53	0,16	586
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
Омлет натуральный	216	10,43	18,55	1,93	0,16	116
Кофейный напиток	84	0,66	0,63	18,85		200
Каша рассыпчатая (кукурузная) с сахаром	242	3,78	7,78	39,29		160
Второй завтрак	536	13,01	11,28	95,46	0,75	320
Какао с молоком	115	3,54	3,43	17,46	0,52	200
Булочка творожная с изюмом	421	9,47	7,85	78,00	0,23	120
Обед	955	30,14	28,86	145,94	60,40	980
хлеб ржано-пшеничный.	315	10,50	1,80	68,70		150
Рассольник ленинградский	123	2,44	4,73	17,57	4,40	250
Картофель отварной	180	3,46	6,79	23,98	42,38	180
помидоры консервированные	39	2,07	0,35	6,92		100
голубцы ленивые	215	11,61	15,19	7,96	13,62	100
Компот из смеси сухофруктов	83	0,06		20,80		200
Полдник	155	1,32	12,00	10,50		30
вафли	155	1,32	12,00	10,50		30
Ужин	718	20,07	31,82	87,66	3,15	540
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
Каша жидкая молочная из манной крупы.	217	5,42	9,47	27,51	0,42	200
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Сыр (порциями)	115	7,38	9,48		0,18	30
Итого за день:	3 236	86,57	123,78	446,08	64,45	2456

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)

Столовая

Дети 7-11 (СанПин 20)

МЕНЮ**23.05.2026 суббота**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	642	14,77	23,51	92,54	1,09	505
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
Каша вязкая молочная из риса	280	5,86	10,55	40,24	0,57	220
Какао с молоком	115	3,54	3,43	17,46	0,52	200
Второй завтрак	430	20,77	14,59	53,97	0,10	355
кисель	138			34,55		200
Вареники ленивые отварные.	292	20,77	14,59	19,42	0,10	150/5
Обед	728	21,73	16,87	113,99	22,14	950
хлеб ржано-пшеничный	210	7,24	1,23	34,03		100
Суп с макаронными изделиями, картофелем и курицей	199	9,16	8,84	20,75	7,00	300
Рагу из курицы	143	2,57	6,70	18,09	9,32	250
Икра морковная	91	2,01	0,10	20,55	4,22	100
сок яблочный	85	0,75		20,57	1,60	200
Полдник	66	0,60		16,95		150
яблоко	66	0,60		16,95		150
Ужин	617	23,83	22,91	78,59	28,20	585
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
Пюре картофельное	180	4,09	6,29	26,78	13,84	200
Гуляш из печени	134	14,25	7,07	3,28	11,81	100
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Итого за день:	2 483	81,69	77,88	356,04	51,53	2545

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)

Столовая

Дети 12-18 (СанПин 20)

МЕНЮ

23.05.2026 суббота



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	750	17,08	27,79	107,82	1,20	550
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
Каша вязкая молочная из риса	305	6,39	11,51	43,90	0,68	240
Какао с молоком	115	3,54	3,43	17,46	0,52	200
Второй завтрак	430	20,77	14,59	53,97	0,10	355
кисель	138			34,55		200
Вареники ленивые отварные.	292	20,77	14,59	19,42	0,10	150\5
Обед	800	23,46	15,97	145,20	20,00	950
хлеб ржано-пшеничный.	315	10,50	1,80	68,70		150
Суп с макаронными изделиями, картофелем и курицей	166	7,63	7,37	17,29	4,86	250
Рагу из курицы	143	2,57	6,70	18,09	9,32	250
Икра морковная	91	2,01	0,10	20,55	4,22	100
сок яблочный	85	0,75		20,57	1,60	200
Полдник	66	0,60		16,95		150
яблоко	66	0,60		16,95		150
Ужин	700	25,61	26,23	90,21	28,20	610
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
Пюре картофельное	180	4,09	6,29	26,78	13,84	200
Гуляш из печени	134	14,25	7,07	3,28	11,81	100
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Итого за день:	2 746	87,52	84,58	414,15	49,50	2615

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

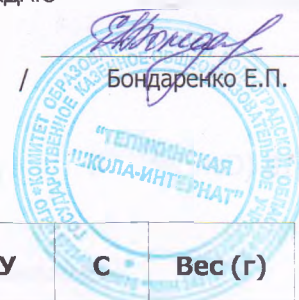
Алимова О.В.

(ФИО)

Столовая
Дети 7-11 (СанПин 20)

МЕНЮ

24.05.2026 воскресенье



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	545	12,81	17,31	84,13	3,12	505
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
Каша жидкая молочная (пшенная)	242	7,32	7,76	35,60	0,57	220
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Второй завтрак	290	6,28	7,44	49,53	1,63	320
сок яблочный	85	0,75		20,57	1,60	200
Блинчики со сметаной	205	5,53	7,44	28,96	0,03	120
Обед	955	34,24	36,10	112,51	34,92	820
хлеб ржано-пшеничный	210	7,24	1,23	34,03		100
Суп крестьянский с курицей и крупой	185	7,91	10,42	14,81	9,60	250
Картофель отварной	180	3,46	6,79	23,98	24,72	180
Котлеты куриные	242	15,63	17,66	5,14	0,60	90
кисель	138			34,55		200
Полдник	100	0,15		24,00		30
зефир	100	0,15		24,00		30
Ужин	542	11,65	14,60	90,95	1,13	605
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
джем	50	0,09		12,52	0,19	20
Суп молочный с крупой (рис)	161	5,53	4,44	24,74	0,94	300
Кофейный напиток	84	0,66	0,63	18,85		200
Итого за день:	2 432	65,13	75,45	361,12	40,79	2280

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)

Столовая

Дети 12-18 (СанПин 20)

МЕНЮ

24.05.2026 воскресенье



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	650	15,26	21,34	98,98	3,23	550
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
Каша жидкая молочная (пшенная)	264	7,99	8,47	38,83	0,68	240
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Второй завтрак	290	6,28	7,44	49,53	1,63	320
сок яблочный	85	0,75		20,57	1,60	200
Блинчики со сметаной	205	5,53	7,44	28,96	0,03	120
Обед	1 144	41,20	41,47	153,38	45,08	950
хлеб ржано-пшеничный.	315	10,50	1,80	68,70		150
Суп крестьянский с курицей и крупой	222	9,49	12,50	17,77	13,82	300
Картофель отварной	200	3,84	7,54	26,64	30,52	200
Котлеты куриные	269	17,36	19,62	5,71	0,74	100
кисель	138			34,55		200
Полдник	100	0,15		24,00		30
зефир	100	0,15		24,00		30
Ужин	625	13,43	17,92	102,57	1,13	630
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
джем	50	0,09		12,52	0,19	20
Суп молочный с крупой (рис)	161	5,53	4,44	24,74	0,94	300
Кофейный напиток	84	0,66	0,63	18,85		200
Итого за день:	2 809	76,32	88,17	428,46	51,06	2480

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)

Столовая

Дети 7-11 (СанПиН 20)

МЕНЮ**25.05.2026 понедельник**

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	652	18,57	28,64	79,83	0,61	505
Каша жидкая молочная из манной крупы	206	5,16	9,00	26,14	0,43	190
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
Сыр (порциями)	115	7,38	9,48		0,18	30
Кофейный напиток	84	0,66	0,63	18,85		200
Второй завтрак	326	6,85	4,92	63,70	1,69	290
сок яблочный	85	0,75		20,57	1,60	200
Плюшка сахарная	241	6,10	4,92	43,13	0,09	90
Обед	820	25,35	22,06	121,65	8,58	850
хлеб ржано-пшеничный	210	7,24	1,23	34,03		100
Суп картофельный с крупой(гречка)	139	4,03	3,05	23,91	6,60	250
огурцы консервированные	11			2,73		100
Плов из курицы	377	14,02	17,78	40,18	1,98	200
Компот из смеси сухофруктов	83	0,06		20,80		200
Полдник	137	2,34	5,31	20,31		30
печенье	137	2,34	5,31	20,31		30
Ужин	516	16,04	18,90	66,77	3,38	575
Бутерброд с маслом	247	5,37	9,53	34,84		75/10
яйцо варёное	63	5,08	4,60	0,28		40
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,47	4,75	17,96	0,83	250
Итого за день:	2 452	69,15	79,83	352,26	14,26	2250

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

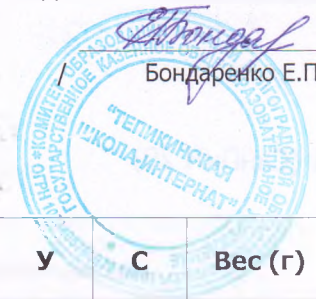
(ФИО)

Столовая

Дети 12-18 (СанПиН 20)

МЕНЮ

25.05.2026 понедельник



Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак	746	20,62	32,44	92,82	0,65	540
Каша жидкая молочная из манной крупы	217	5,43	9,48	27,51	0,47	200
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
Сыр (порциями)	115	7,38	9,48		0,18	30
Кофейный напиток	84	0,66	0,63	18,85		200
Второй завтрак	326	6,85	4,92	63,70	1,69	290
сок яблочный	85	0,75		20,57	1,60	200
Плюшка сахарная	241	6,10	4,92	43,13	0,09	90
Обед	925	28,61	22,63	156,32	8,58	900
хлеб ржано-пшеничный.	315	10,50	1,80	68,70		150
Суп картофельный с крупой(гречка)	139	4,03	3,05	23,91	6,60	250
огурцы консервированные	11			2,73		100
Плов из курицы	377	14,02	17,78	40,18	1,98	200
Компот из смеси сухофруктов	83	0,06		20,80		200
Полдник	137	2,34	5,31	20,31		30
печенье	137	2,34	5,31	20,31		30
Ужин	599	17,82	22,22	78,39	3,38	600
Бутерброд с маслом	330	7,15	12,85	46,46		100/10
яйцо варёное	63	5,08	4,60	0,28		40
Чай	56	0,12	0,02	13,69	2,55	200
Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,47	4,75	17,96	0,83	250
Итого за день:	2 734	76,24	87,51	411,54	14,31	2360

Составитель диетсестра

(должность)

(подпись)

Алимова О.В.

(ФИО)

