

Зеленогорская школа-интернат

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

/О.В.Пого



Меню на 22.11.2023 Среда

Категория: дети приход. до 11

Диета: Безглютеновая

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес(г)
Завтрак						
Каша жидкая молочная из рисовой крупы, с маслом	300,00	6,07	12,76	39,78		250
Кофейный напиток с молоком	101,00	3,17	2,68	15,95		200
Масло сливочное (порционное)	66,00	0,10	7,20	0,10		10
Яйцо вареное	63,00	5,08	4,60	0,28		40
Обед						
Сельдь с луком и растительным маслом	102,00	9,90	6,77	0,51		60
Суп картофельный с бобовыми (горохом лущеным)	149,00	5,49	5,27	16,54		250
Жаркое по-домашнему	337,14	18,51	20,67	18,95		200
Компот из свежих плодов (яблок)	61,00	0,16	0,00	14,99		200
Полдник						
Молоко кипяченое	107,00	5,80	5,00	9,60		200
Пудинг из творога (запеченный) со сгущ. молоком	327,00	20,05	15,70	51,40		155
Плоды или ягоды свежие (яблоки)	47,0	0,40	0,40	9,80		100

Мед.сестра:

Шеф-повар:

