

МЕНЮ на 07.03.2024 четверг

Столовая



Категория: дети интер.прих. до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	656	13,02	30,55	81,30	1,00	
Какао с молоком (1-й вариант)	154	3,77	3,93	25,95	1,00	200
Фрукты или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		100
Каша жидкая молочная пшеничная, с маслом	271	7,15	11,16	35,29		190/10
Бутерброд с маслом	184	1,70	15,06	10,26		30/10
Завтрак 2	85	1,00		20,20		
Сок фруктовый (яблочный)	85	1,00		20,20		200
Обед	854	23,44	27,55	127,82	19,75	
Соль поваренная						3
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01		200
Макаронные изделия отварные	168	5,52	4,51	26,45		150
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Фрикадельки (с водой) в соусе сметанном с луком	175	8,02	11,13	8,57		70/30
Винегрет овощной	76	0,74	6,84	5,69	5,62	60
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	70	1,52	3,94	6,36	14,13	200
Полдник	527	21,59	30,52	38,31	0,42	
Запеканка из творога с молоком сгущенным	527	21,52	30,50	38,30	0,39	200/50
Чай без сахара		0,07	0,02	0,01	0,03	200
Ужин	508	24,52	10,18	123,77	24,78	
Компот из апельсинов	86	0,34	0,07	21,11	9,60	200
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	236	18,78	9,27	63,58	15,18	270
Ужин 2	118	5,80	6,40	8,00	1,40	
Кефир	118	5,80	6,40	8,00	1,40	200
Итого за день:	2 748	89,37	105,20	399,40	47,35	

Мед.сестра: _____

Шеф-повар: _____