

**МЕНЮ на 13.02.2024 вторник**

Столовая

Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>483</b>	<b>12,59</b>	<b>15,80</b>	<b>71,47</b>		
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95		200
Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		100
Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес"	289	7,90	12,50	35,84		190/10
<b>Завтрак 2</b>	<b>106</b>	<b>1,00</b>		<b>25,40</b>		
Сок фруктовый	106	1,00		25,40		200
<b>Обед</b>	<b>1 006</b>	<b>39,98</b>	<b>40,92</b>	<b>117,88</b>	<b>51,25</b>	
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01		200
Бобовые отварные, 2-й вариант (горошек зеленый конс.)	36	1,73	1,63	3,47		60
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Рассольник "Ленинградский"	86	1,76	4,07	9,58		200
Бигус с мясом говядины	565	30,43	34,29	33,74	51,25	250
<b>Полдник</b>	<b>338</b>	<b>17,06</b>	<b>17,95</b>	<b>27,64</b>	<b>0,79</b>	
Омлет натуральный	221	13,04	17,43	3,48	0,76	150
Чай без сахара		0,07	0,02	0,01	0,03	200
Хлеб пшеничный	117	3,95	0,50	24,15		50
<b>Ужин</b>	<b>491</b>	<b>23,22</b>	<b>10,01</b>	<b>120,83</b>	<b>15,18</b>	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Компот из груш	115	0,16	0,12	28,05		200
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	236	18,78	9,27	63,58	15,18	270
<b>Ужин 2</b>	<b>107</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
<b>Итого за день:</b>	<b>2 531</b>	<b>99,65</b>	<b>89,68</b>	<b>372,82</b>	<b>67,22</b>	

Мед.сестра:

Шеф-повар: