

МЕНЮ на 24.01.2024 среда

Столовая

Категория: дети интер.,прих. с 11

Диета: Без диет



Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	690	18,28	35,20	74,56		
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Яйцо вареное	63	5,08	4,60	0,28		40
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95		200
Бутерброд с маслом	184	1,70	15,06	10,26		30/10
Каша жидкая молочная из манной крупы, с маслом	296	7,21	12,64	38,19		235/15
Завтрак 2	136	0,60	0,40	32,60		
Сок фруктовый (виноградный)	136	0,60	0,40	32,60		200
Обед	881	35,02	32,21	108,89		
Овощи натуральные соленые(огурцы)	10	0,83	0,10	1,70		100
Компот из свежих яблок	115	0,16	0,16	27,88		200
Суп картофельный с бобовыми(горохом лущеным)	149	5,49	5,27	16,54		250
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Жаркое по-домашнему	421	23,14	25,84	23,69		80/170
Соль повареная						5
Полдник	334	10,64	7,86	54,15		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
Плоды или ягоды свежие (Бананы)	96	1,50	0,50	21,00		100
Сдоба готовая	131	3,34	2,36	23,55		50
Ужин	671	25,12	25,36	82,44	35,98	
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00		200
Капуста, тушенная с мясом	379	18,07	24,30	18,70	35,98	300
Ужин 2	108	5,80	5,00	8,40	0,60	
Ряженка	108	5,80	5,00	8,40	0,60	200
Итого за день:	2 820	95,46	106,03	361,04	36,58	

Мед.сестра:

(подпись)