

МЕНЮ на 27.01.2024 суббота

Столовая

Категория: дети интер с 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	829	22,13	38,28	98,54	2,28	
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58		200
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Бутерброд с маслом	230	2,12	18,83	12,83		40/10
Суп молочный с макаронными изделиями	388	13,69	15,47	48,37	2,28	300
Завтрак 2	136	0,60	0,40	32,60		
Сок фруктовый (виноградный)	136	0,60	0,40	32,60		200
Обед	1 072	36,98	38,32	143,45	9,64	
Компот из чернослива	92	0,33		22,66	0,28	200
Соль повареная						5
Рассольник "Ленинградский"	107	2,20	5,09	11,98		250
Каша рассыпчатая (гречневая)	293	10,32	7,31	46,37		180
Винегрет овощной	126	1,24	11,40	9,48	9,36	100
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Печень говяжья по-строгановски	222	15,91	13,48	4,22		90/30
Полдник	159	3,43	3,86	27,36	0,03	
Чай без сахара		0,07	0,02	0,01	0,03	200
Фрукты или ягоды свежие (Груши)	47	0,40	0,30	10,30		100
Блинчики с маслом	112	2,96	3,54	17,05		55/5
Ужин	595	27,80	9,10	97,50	0,28	
Картофель отварной	171	3,42	5,18	27,61		180
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Котлеты или биточки рыбные	136	17,28	2,86	7,46	0,28	120
Чай с лимоном	56	0,12	0,02	13,69		200
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:	2 909	96,74	96,36	407,45	13,63	

Мед.сестра:

(подпись)