

**МЕНЮ на 10.02.2024 суббота**

Столовая

Категория: дети интер до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>718</b>	<b>18,73</b>	<b>35,48</b>	<b>80,60</b>	<b>1,90</b>	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58		200
Бутерброд с маслом	230	2,12	18,83	12,83		40/10
Суп молочный с макаронными изделиями	323	11,41	12,89	40,31	1,90	250
<b>Завтрак 2</b>	<b>136</b>	<b>0,60</b>	<b>0,40</b>	<b>32,60</b>		
Сок фруктовый	136	0,60	0,40	32,60		200
<b>Обед</b>	<b>776</b>	<b>27,39</b>	<b>28,65</b>	<b>99,63</b>	<b>5,90</b>	
Компот из чернослива	92	0,33		22,66	0,28	200
Хлеб пшеничный	47	1,58	0,20	9,66		20
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Каша рассыпчатая (гречневая)	244	8,60	6,09	38,64		150
Печень говяжья по-строгановски	185	13,26	11,23	3,52		80/20
Рассольник "Ленинградский"	86	1,76	4,07	9,58		200
Винегрет овощной	76	0,74	6,84	5,69	5,62	60
<b>Полдник</b>	<b>159</b>	<b>3,43</b>	<b>3,86</b>	<b>27,36</b>	<b>0,03</b>	
Фрукты или ягоды свежие (Груши)	47	0,40	0,30	10,30		100
Чай без сахара		0,07	0,02	0,01	0,03	200
Блинчики с маслом	112	2,96	3,54	17,05		55/5
<b>Ужин</b>	<b>451</b>	<b>21,66</b>	<b>7,34</b>	<b>72,12</b>	<b>0,23</b>	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Картофель отварной	142	2,86	4,32	23,01		150
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Чай с лимоном	56	0,12	0,02	13,69		200
Котлеты или биточки рыбные	113	14,40	2,38	6,22	0,23	100
<b>Ужин 2</b>	<b>118</b>	<b>5,80</b>	<b>6,40</b>	<b>8,00</b>	<b>1,40</b>	
Кефир	118	5,80	6,40	8,00	1,40	200
<b>Итого за день:</b>	<b>2 358</b>	<b>77,61</b>	<b>82,13</b>	<b>320,31</b>	<b>9,46</b>	

Мед.сестра:

Шеф-повар: