

**МЕНЮ на 09.12.2023 суббота**

Столовая

Категория: дети интер,прих. 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>915</b>	<b>31,67</b>	<b>29,27</b>	<b>128,83</b>	<b>5,90</b>	
Компот из чернослива	92	0,33		22,66	0,28	200
Каша рассыпчатая (гречневая)	244	8,60	6,09	38,64		150
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
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>374</b>	<b>20,52</b>	<b>16,02</b>	<b>61,71</b>	<b>0,03</b>	
Фрукты или ягоды свежие (Груши)	47	0,40	0,30	10,30		100
Пудинг из творога (запеченный), со сгущенным молоком	327	20,05	15,70	51,40		125/30
Чай без сахара		0,07	0,02	0,01	0,03	200
<b>Ужин</b>	<b>455</b>	<b>21,61</b>	<b>7,34</b>	<b>73,43</b>	<b>0,23</b>	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00		200
Картофель отварной	142	2,86	4,32	23,01		150
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Котлеты или биточки рыбные	113	14,40	2,38	6,22	0,23	100
<b>Ужин 2</b>	<b>108</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,40</b>	<b>0,60</b>	
Ряженка	108	5,80	5,00	8,40	0,60	200
<b>Итого за день:</b>	<b>2 706</b>	<b>98,93</b>	<b>93,51</b>	<b>385,57</b>	<b>8,66</b>	

Мед.сестра:

Шеф-повар: