Зеленогорская школа-интернат

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы_____

/О.В.Пигор

Меню на 20.11.2023 Понедельник

Категория: дети приход. до 11

Диета: Безглютеновая

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес(г)
Завтрак						
Каша жидкая молочная из рисовой крупы, с маслом	300,00	6,07	12,76	39,78		250
Чай с молоком	81,00	1,52	1,35	15,90		200
Масло сливочное (порционное)	66,00	0,10	7,20	0,10		10
Яйцо вареное	63,00	5,08	4,60	0,28		40
Обед						
Овощи натуральные соленые (огурцы)	6,00	0,50	0,06	1,02		60
Борщ с капустой и картофелем	104,00	1,80	4,92	10,93		250
Рыба, тушенная в томате с овощами	126,00	11,70	5,94	4,56		120
Пюре картофельное	137,25	3,06	4,80	20,43		150
Компот из груш	86,00	0,34	0,07	21,11		200
Полдник						
Чай с сахаром	60,00	0,07	0,02	15,00		200
Сыр (порциями)	109,00	6,96	8,85	0,00		30
Плоды или ягоды свежие (яблоки)	47,00	0,40	0,40	9,80		100

Мед.сестра: _____

Шеф-повар: _____