

МЕНЮ на 15.11.2023 среда

Столовая

Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет



Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	697	20,48	31,18	83,44	0,25	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Каша жидкая молочная из рисовой крупы, с маслом	300	6,07	12,76	39,78		235/15
Чай с молоком	81	1,52	1,35	15,90		200
Бутерброд с сыром и маслом	270	11,77	16,85	17,88	0,25	40/10/42
Завтрак 2	136	0,60	0,40	32,60		
Сок фруктовый (виноградный)	136	0,60	0,40	32,60		200
Обед	976	36,73	26,96	139,56	0,28	
Компот из кураги	92	0,33		22,66	0,28	200
Овощи натуральные соленые(огурцы)	10	0,83	0,10	1,70		100
Борщ с капустой и картофелем	104	1,80	4,92	10,93		250
Каша рассыпчатая (гречневая)	293	10,32	7,31	46,37		180
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Печень говяжья по-строгановски	222	15,91	13,48	4,22		90/30
Хлеб ржаной	115	2,80	0,55	24,70		50
Соль повареная						5
Полдник	434	20,52	16,02	76,70		
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00		200
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
Ужин	610	19,51	16,82	93,17	3,60	
Компот из яблок свежих	61	0,16		14,99	3,60	200
Капуста тушеная	139	3,67	6,62	14,20		180
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Тефтели 2-й вариант, с соусом сметанным с томатом	155	8,14	9,05	10,30		80/40
Хлеб ржаной	115	2,80	0,55	24,70		50
Ужин 2	97	5,22	4,50	7,56	0,54	
Ряженка	97	5,22	4,50	7,56	0,54	180
Итого за день:	2 950	103,06	95,88	433,03	4,67	

Мед.сестра:

(подпись)