

**МЕНЮ на 21.01.2024 воскресенье**

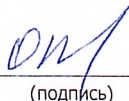
Столовая

Категория: дети интер до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>693</b>	<b>19,14</b>	<b>11,91</b>	<b>125,80</b>	<b>0,66</b>	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Запеканка из творога с молоком сгущенным	393	11,52	8,90	65,88	0,66	150/50
Кофейный напиток на сгущенном молоке	113	2,94	1,99	20,92		200
Фрукты или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		100
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
<b>Завтрак 2</b>	<b>106</b>	<b>1,00</b>		<b>25,40</b>		
Сок фруктовый (абрикосовый)	106	1,00		25,40		200
<b>Обед</b>	<b>959</b>	<b>36,87</b>	<b>30,82</b>	<b>127,13</b>	<b>0,50</b>	
Соль повареная						3
Чеснок(порциями)		0,33		0,26	0,50	5
Компот из груш	115	0,16	0,12	28,05		200
Суп картофельный с бобовыми(горохом лущеным)	119	4,25	4,22	13,23		200
Бобовые отварные, 2-й вариант (кукуруза конс.)	44	1,23	1,75	5,87		60
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Плов из отварной говядины	495	25,50	23,89	40,64		80/170
<b>Полдник</b>	<b>303</b>	<b>5,78</b>	<b>6,45</b>	<b>70,42</b>		
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01		200
шоколад	58	2,16	2,82	21,36		50
Блинчики с маслом	112	2,96	3,54	17,05		55/5
<b>Ужин</b>	<b>522</b>	<b>24,18</b>	<b>8,89</b>	<b>84,21</b>	<b>0,23</b>	
Чай с молоком	81	1,52	1,35	15,90		200
Картофель отварной	142	2,86	4,32	23,01		150
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		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>2 691</b>	<b>92,77</b>	<b>63,07</b>	<b>441,36</b>	<b>1,99</b>	

Мед.сестра:

  
(подпись)