



МЕНЮ на 30.01.2024 вторник

Столовая

Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	483	12,59	15,80	71,47		
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95		200
Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		100
Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес"	289	7,90	12,50	35,84		190/10
Завтрак 2	106	1,00		25,40		
Сок фруктовый	106	1,00		25,40		200
Обед	1 006	39,98	40,92	117,88	51,25	
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01		200
Бобовые отварные, 2-й вариант (горошек зеленый конс.)	36	1,73	1,63	3,47		60
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Рассольник "Ленинградский"	86	1,76	4,07	9,58		200
Бигус с мясом говядины	565	30,43	34,29	33,74	51,25	250
Полдник	338	17,06	17,95	27,64	0,79	
Омлет натуральный	221	13,04	17,43	3,48	0,76	150
Чай без сахара		0,07	0,02	0,01	0,03	200
Хлеб пшеничный	117	3,95	0,50	24,15		50
Ужин	491	23,22	10,01	120,83	15,18	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Компот из груш	115	0,16	0,12	28,05		200
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	236	18,78	9,27	63,58	15,18	270
Ужин 2	107	5,80	5,00	9,60		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
Итого за день:	2 531	99,65	89,68	372,82	67,22	

Мед.сестра:

Шеф-повар: