

Зеленогорская школа-интернат

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

/О.В.Пиго/



## Меню на 23.10.2023 Понедельник

Категория: дети приход. до 11

Диета: Безглютеновая

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес(г)
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Обед</b>						
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, тушеная 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
<b>Полдник</b>						
Чай с сахаром	60,00	0,07	0,02	15,00		200
Сыр (порциями)	109,00	6,96	8,85	0,00		30
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	47,00	0,40	0,40	9,80		100

Мед.сестра:

*OM*

Шеф-повар:

*JKH*