

МЕНЮ на 01.02.2024 четверг

Столовая

Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	746	19,78	35,82	85,44		
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Яйцо вареное	63	5,08	4,60	0,28		40
Кофейный напиток на сгущенном молоке	113	2,94	1,99	20,92		200
Бутерброд с маслом	184	1,70	15,06	10,26		30/10
Каша жидкая молочная пшенная, с маслом	340	8,94	13,95	44,10		235/15
Завтрак 2	85	1,00		20,20		
Сок фруктовый	85	1,00		20,20		200
Обед	1 107	47,56	45,43	126,91	10,05	
Компот из яблок свежих	61	0,16		14,99	3,60	200
Картофельное пюре	165	3,67	5,76	24,52		180
Суп с курицей(макаронными изд.)	124	2,83	2,86	21,76	5,09	250
Хлеб ржаной	138	3,36	0,66	29,64		60
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Кнели из кур с рисом	308	16,30	24,27	6,18		100/10
Сельдь с луком репчатым и с маслом растительным	171	16,50	11,28	0,84	1,36	100
Полдник	360	5,32	3,05	76,98		
Компот из консервированных плодов (персики)	133	0,48	0,19	32,43		200
Плоды или ягоды свежие (Бананы)	96	1,50	0,50	21,00		100
Сдоба готовая	131	3,34	2,36	23,55		50
Ужин	724	21,39	17,16	120,56		
Рис отварной	252	4,38	6,44	44,02		180
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Тефтели рыбные(минтай), с соусом сметанным в томате	184	9,91	9,66	14,11		80/40
Чай с лимоном	56	0,12	0,02	13,69		200
Ужин 2	118	5,80	6,40	8,00	1,40	
Кефир	118	5,80	6,40	8,00	1,40	200
Итого за день:	3 140	100,85	107,86	438,09	11,45	

... ОМ

Мясо-повар: ЖВ