



/О.В.Пуго/
МЕНЮ на 28.11.2023 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
Фрукты 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	1 045	44,95	41,84	119,20	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
Суп с мясными фрикадельками	125	6,73	4,99	10,90		170/30
Бигус с мясом говядины	565	30,43	34,29	33,74	51,25	250
Полдник	397	17,12	17,95	42,27	0,76	
Омлет натуральный	221	13,04	17,43	3,48	0,76	150
Чай с джемом	59	0,13	0,02	14,64		170/30
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	158	5,40	5,00	21,60	1,80	
Снежок	158	5,40	5,00	21,60	1,80	200
Итого за день:	2 680	104,28	90,60	400,77	68,99	

Мед.сестра: 