

МЕНЮ на 13.01.2024 суббота

Столовая

Категория: дети интер до 11

Диета: Без диет



| Наименование | ККал | Б | Ж | У | С | Вес (г) |
|--------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------|
| Завтрак 1 | 718 | 18,73 | 35,48 | 80,60 | 1,90 | |
| Хлеб ржаной | 46 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | | 20 |
| Какао с молоком | 119 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | | 200 |
| Бутерброд с маслом | 230 | 2,12 | 18,83 | 12,83 | | 40/10 |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 323 | 11,41 | 12,89 | 40,31 | 1,90 | 250 |
| Завтрак 2 | 136 | 0,60 | 0,40 | 32,60 | | |
| Сок фруктовый (виноградный) | 136 | 0,60 | 0,40 | 32,60 | | 200 |
| Обед | 776 | 27,39 | 28,65 | 99,63 | 5,90 | |
| Компот из чернослива | 92 | 0,33 | | 22,66 | 0,28 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 47 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | | 20 |
| Хлеб ржаной | 46 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | | 20 |
| Соль повареная | | | | | | 3 |
| Каша рассыпчатая (гречневая) | 244 | 8,60 | 6,09 | 38,64 | | 150 |
| Печень говяжья по-строгановски | 185 | 13,26 | 11,23 | 3,52 | | 80/20 |
| Рассольник "Ленинградский" | 86 | 1,76 | 4,07 | 9,58 | | 200 |
| Винегрет овощной | 76 | 0,74 | 6,84 | 5,69 | 5,62 | 60 |
| Полдник | 112 | 3,03 | 3,56 | 17,06 | 0,03 | |
| Чай без сахара | | 0,07 | 0,02 | 0,01 | 0,03 | 200 |
| Блинчики с маслом | 112 | 2,96 | 3,54 | 17,05 | | 55/5 |
| Ужин | 451 | 21,66 | 7,34 | 72,12 | 0,23 | |
| Хлеб ржаной | 46 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | | 20 |
| Картофель отварной | 142 | 2,86 | 4,32 | 23,01 | | 150 |
| Хлеб пшеничный | 94 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | | 40 |
| Чай с лимоном | 56 | 0,12 | 0,02 | 13,69 | | 200 |
| Котлеты или биточки рыбные | 113 | 14,40 | 2,38 | 6,22 | 0,23 | 100 |
| Ужин 2 | 107 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | | |
| Молоко кипяченое | 107 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | | 200 |
| Итого за день: | 2 300 | 77,21 | 80,43 | 311,61 | 8,06 | |

Мед.сестра:

(подпись)