

МЕНЮ на 30.01.2024 вторник

Столовая

Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет



Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	598	15,60	18,99	89,89		
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
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес"	358	9,79	15,47	44,38		235/15
Завтрак 2	106	1,00		25,40		
Сок фруктовый	106	1,00		25,40		200
Обед	1 209	49,24	50,09	139,00	61,50	
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01		200
Рассольник "Ленинградский"	107	2,20	5,09	11,98		250
Бобовые отварные, 2-й вариант (горошек зеленый конс.)	59	2,88	2,72	5,78		100
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Бигус с мясом говядины	678	36,52	41,15	40,49	61,50	300
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	586	27,45	11,35	142,49	16,87	
Компот из груш	115	0,16	0,12	28,05		200
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Хлеб ржаной	69	1,68	0,33	14,82		30
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	262	20,87	10,30	70,64	16,87	300
Ужин 2	107	5,80	5,00	9,60		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
Итого за день:	2 944	116,15	103,38	434,02	79,16	

Мед.сестра:

Шеф-повар: