

МЕНЮ на 11.04.2024 четверг

Столовая

Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет



Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	677	17,99	33,03	76,63		
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
Каша жидкая молочная пшенная, с маслом	271	7,15	11,16	35,29		190/10
Бутерброд с маслом	184	1,70	15,06	10,26		30/10
Завтрак 2	85	1,00		20,20		
Сок фруктовый	85	1,00		20,20		200
Обед	791	33,00	34,34	88,14	8,48	
Компот из яблок свежих	61	0,16		14,99	3,60	200
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Соль повареная						3
Картофельное пюре	137	3,06	4,80	20,43		150
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Кнели из кур с рисом	252	13,34	19,86	5,60		80/10
Сельдь с луком репчатым и с маслом растительным	102	9,90	6,77	0,51	0,81	60
Суп с курицей(макаронными изд.)	99	2,26	2,29	17,41	4,07	200
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	539	15,47	13,96	87,81		
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00		200
Рис отварной	210	3,65	5,37	36,68		150
Тефтели рыбные(минтай), с соусом сметанным в томате	153	8,26	8,05	11,76		80/20
Хлеб пшеничный	70	2,37	0,30	14,49		30
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:	2 570	78,58	90,78	357,76	9,88	

*Меню составлено: [подпись]**[подпись]*