

МЕНЮ на 11.12.2023 понедельник

Столовая

Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет



Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	962	38,49	51,11	83,64	0,64	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Запеканка из творога с молоком сгущенным	527	21,52	30,50	38,30	0,39	200/50
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58		200
Бутерброд с сыром и маслом	270	11,77	16,85	17,88	0,25	40/10/30
Завтрак 2	85	1,00		20,20		
Сок фруктовый	85	1,00		20,20		200
Обед	711	27,95	16,35	110,15	23,96	
Компот из апельсинов	86	0,34	0,07	21,11	9,60	200
Салат из свеклы с зеленым горошком	73	1,65	4,12	7,29		100
Картофельное пюре	137	3,06	4,80	20,43		150
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Котлеты или биточки рыбные	113	14,40	2,38	6,22	0,23	100
Щи из свежей капусты с картофелем,с мясом и со сметаной	70	1,52	3,94	6,36	14,13	200
Полдник	285	9,54	7,66	43,45		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
Плоды или ягоды свежие (Груши)	47	0,40	0,30	10,30		100
Сдоба готовая	131	3,34	2,36	23,55		50
Ужин	570	17,06	12,86	96,66		
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Компот из консервированных плодов (персики)	133	0,48	0,19	32,43		200
Макаронные изделия отварные	168	5,52	4,51	26,45		150
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Тефтели 2-й вариант, с соусом сметанным с томатом	129	6,78	7,54	8,58		70/30
Ужин 2	108	5,80	5,00	8,40	0,60	
Ряженка	108	5,80	5,00	8,40	0,60	200
Итого за день:	2 721	99,84	92,98	362,50	25,20	

Мед.сестра:

Шеф-повар:

Handwritten signature of the head chef in blue ink.