

МЕНЮ на 01.03.2024 пятница

Столовая

Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	685	22,50	31,84	77,05	0,55	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Каша жидкая молочная овсянная, с маслом	271	7,45	12,22	32,64		190/10
Бутерброд с сыром	270	11,77	16,85	17,88	0,25	50/30
Чай с молоком сгущенным	98	2,16	2,55	16,65	0,30	200
Завтрак 2	106	1,00		25,40		
Сок фруктовый	106	1,00		25,40		200
Обед	718	18,98	25,05	106,66	20,25	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Соль повареная						3
Чеснок(порциями)		0,33		0,26	0,50	5
Компот из груш	115	0,16	0,12	28,05		200
Макароны отварные с овощами	188	5,17	5,99	28,52		120/30
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Тефтели 2-й вариант, с соусом молочным с томатом	129	6,78	7,54	8,58		70/30
Винегрет овощной	76	0,74	6,84	5,69	5,62	60
Щи из свежей капусты с картофелем,с мясом птицы и со сметаной	70	1,52	3,94	6,36	14,13	200
Полдник	431	7,67	13,83	68,25	1,00	
Какао с молоком (1-й вариант)	154	3,77	3,93	25,95	1,00	200
Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		100
Печенье	230	3,50	9,50	32,50		50
Ужин	491	15,43	17,29	64,60		
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00		200
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Капуста тушеная	116	3,06	5,52	11,83		150
Фрикадельки (с водой) в соусе молочном с луком	175	8,02	11,13	8,57		70/30
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:	2 589	70,98	93,01	363,56	23,60	

мед. сестра: *СМ*шеф-повар: *ТМ*