

МЕНЮ на 05.03.2024 вторник

Столовая



Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	725	24,01	31,89	85,49	0,25	
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
Какао с молоком сгущенным	138	3,67	2,60	25,09		200
Завтрак 2	85	1,00		20,20		
Сок фруктовый (яблочный)	85	1,00		20,20		200
Обед	814	29,40	28,61	103,56	6,30	
Компот из кураги	92	0,33		22,66	0,28	200
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Соль повареная						3
Чеснок(порциями)		0,33		0,26	0,50	5
Морковь с зеленым горошком	86	1,61	6,50	5,17	5,52	80
Рис отварной	210	3,65	5,37	36,68		150
Суп с мясными фрикадельками	125	6,73	4,99	10,90		170/30
Хлеб пшеничный	70	2,37	0,30	14,49		30
Печень говяжья по-строгановски	185	13,26	11,23	3,52		80/20
Полдник	343	7,89	4,34	66,92	0,27	
Чай с молоком	81	1,52	1,35	15,90		200
Плоды или ягоды свежие (Груши)	47	0,40	0,30	10,30		100
Гренка молочная	215	5,97	2,69	40,72	0,27	80
Ужин	513	15,16	12,72	84,36		
Картофель отварной	142	2,86	4,32	23,01		150
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Чай с лимоном	56	0,12	0,02	13,69		200
Тефтели 2-й вариант, с соусом молочным с томатом	129	6,78	7,54	8,58		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:	2 638	82,86	82,56	382,13	8,62	