

МЕНЮ на 12.12.2023 вторник

Столовая

Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	483	12,59	15,80	71,47		
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95		20
Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		10
Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес"	289	7,90	12,50	35,84		190/1
Завтрак 2	106	1,00		25,40		
Сок фруктовый	106	1,00		25,40		20
Обед	1 045	44,95	41,84	119,20	51,25	
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01		20
Бобовые отварные, 2-й вариант (горошек зеленый конс.)	36	1,73	1,63	3,47		6
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		4
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		4
Суп с мясными фрикадельками	125	6,73	4,99	10,90		170/3
Бигус с мясом говядины	565	30,43	34,29	33,74	51,25	25
Полдник	397	17,12	17,95	42,27	0,76	
Омлет натуральный	221	13,04	17,43	3,48	0,76	15
Чай с джемом	59	0,13	0,02	14,64		170/3
Хлеб пшеничный	117	3,95	0,50	24,15		5
Ужин	491	23,22	10,01	120,83	15,18	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		2
Компот из груш	115	0,16	0,12	28,05		20
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		4
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	236	18,78	9,27	63,58	15,18	27
Ужин 2	158	5,40	5,00	21,60	1,80	
Снежок	158	5,40	5,00	21,60	1,80	20
Итого за день:	2 680	104,28	90,60	400,77	68,99	

Мед.сестра:

Шеф-повар: