

**МЕНЮ на 12.03.2024 вторник**

Столовая

Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет



Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>598</b>	<b>15,60</b>	<b>18,99</b>	<b>89,89</b>		
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95		200
Фрукты или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		100
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес"	358	9,79	15,47	44,38		235/15
<b>Завтрак 2</b>	<b>106</b>	<b>1,00</b>		<b>25,40</b>		
Сок фруктовый (абрикосовый)	106	1,00		25,40		200
<b>Обед</b>	<b>1 209</b>	<b>49,24</b>	<b>50,09</b>	<b>139,00</b>	<b>61,50</b>	
Соль повареная						5
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01		200
Рассольник "Ленинградский"	107	2,20	5,09	11,98		250
Бобовые отварные, 2-й вариант (горошек зеленый конс.)	59	2,88	2,72	5,78		100
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Бигус с мясом говядины	678	36,52	41,15	40,49	61,50	300
<b>Полдник</b>	<b>338</b>	<b>17,06</b>	<b>17,95</b>	<b>27,64</b>	<b>0,79</b>	
Омлет натуральный	221	13,04	17,43	3,48	0,76	150
Чай без сахара		0,07	0,02	0,01	0,03	200
Хлеб пшеничный	117	3,95	0,50	24,15		50
<b>Ужин</b>	<b>586</b>	<b>27,45</b>	<b>11,35</b>	<b>142,49</b>	<b>16,87</b>	
Компот из груш	115	0,16	0,12	28,05		200
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Хлеб ржаной	69	1,68	0,33	14,82		30
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	262	20,87	10,30	70,64	16,87	300
<b>Ужин 2</b>	<b>107</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
<b>Итого за день:</b>	<b>2 944</b>	<b>116,15</b>	<b>103,38</b>	<b>434,02</b>	<b>79,16</b>	

Мед.сестра:

Шеф-повар: