

МЕНЮ на 11.11.2023 суббота

Столовая

Категория: дети интер с 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	829	22,13	38,28	98,54	2,28	
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58		200
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Бутерброд с маслом	230	2,12	18,83	12,83		40/10
Суп молочный с макаронными изделиями	388	13,69	15,47	48,37	2,28	300
Завтрак 2	136	0,60	0,40	32,60		
Сок фруктовый (виноградный)	136	0,60	0,40	32,60		200
Обед	1 072	36,98	38,32	143,45	9,64	
Компот из чернослива	92	0,33		22,66	0,28	200
Соль повареная						5
Рассольник "Ленинградский"	107	2,20	5,09	11,98		250
Каша рассыпчатая (гречневая)	293	10,32	7,31	46,37		180
Винегрет овощной	126	1,24	11,40	9,48	9,36	100
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Печень говяжья по-строгановски	222	15,91	13,48	4,22		90/30
Полдник	374	20,52	16,02	61,71	0,03	
Чай без сахара		0,07	0,02	0,01	0,03	200
Фрукты или ягоды свежие (Груши)	47	0,40	0,30	10,30		100
Пудинг из творога (запеченный), со сгущенным молоком	327	20,05	15,70	51,40		125/30
Ужин	595	27,80	9,10	97,50	0,28	
Картофель отварной	171	3,42	5,18	27,61		180
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Котлеты или биточки рыбные	136	17,28	2,86	7,46	0,28	120
Чай с лимоном	56	0,12	0,02	13,69		200
Ужин 2	97	5,22	4,50	7,56	0,54	
Ряженка	97	5,22	4,50	7,56	0,54	180
Итого за день:	3 103	113,25	106,62	441,36	12,77	

Мед.сестра:

(подпись)