

МЕНЮ на 14.01.2024 воскресенье

Столовая

Категория: дети интер с 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	731	28,51	36,13	73,18	0,34	
Омлет натуральный	386	18,59	33,10	3,52	0,34	200
Кофейный напиток на сгущенном молоке	113	2,94	1,99	20,92		200
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Завтрак 2	106	1,00		25,40		
Сок фруктовый (абрикосовый)	106	1,00		25,40		200
Обед	935	27,68	30,23	135,84	0,78	
Компот из изюма	92	0,33		22,66	0,28	200
Соль повареная						5
Чеснок(порциями)		0,33		0,26	0,50	5
Суп крестьянский с крупой (перловая)	76	1,48	4,92	6,09		250
Бобовые отварные, 2-й вариант (кукуруза конс.)	74	2,05	2,92	9,78		100
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Фрикадельки (с водой) в соусе молочный с луком	210	9,62	13,36	10,28		80/40
Макароны отварные с овощами	251	6,89	7,99	38,03		160/40
Полдник	307	6,30	2,69	63,38	0,55	
Компот из кураги	92	0,33		22,66	0,28	200
Гренка молочная	215	5,97	2,69	40,72	0,27	80
Ужин	575	29,37	12,69	135,28	16,87	
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	262	20,87	10,30	70,64	16,87	300
Чай с молоком	81	1,52	1,35	15,90		200
Ужин 2	107	5,80	5,00	9,60		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
Итого за день:	2 761	98,66	86,74	442,68	18,54	

Мед.сестра:

(подпись)