

МЕНЮ на 02.03.2024 суббота

Столовая

Категория: дети интер с 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	905	28,13	64,29	53,15	0,43	
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Чай с лимоном	56	0,12	0,02	13,69		200
Омлет натуральный	483	23,24	41,38	4,40	0,43	250
Бутерброд с джемом	274	2,53	22,45	15,30		50/12
Завтрак 2	136	0,60	0,40	32,60		
Сок фруктовый	136	0,60	0,40	32,60		200
Обед	907	33,54	38,30	106,35	5,80	
Компот из чернослива	92	0,33		22,66	0,28	200
Соль повареная						5
Салат из моркови с зеленым горошком	86	1,61	6,50	5,17	5,52	80
Суп крестьянский с крупой (перловая)	76	1,48	4,92	6,09		250
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Жаркое по-домашнему	421	23,14	25,84	23,69		80/170
Полдник	260	6,38	1,75	54,17	0,28	
Компот из изюма	92	0,33		22,66	0,28	200
Фрукты или ягоды свежие (Груши)	47	0,40	0,30	10,30		100
Булочка "Октябренок"	121	5,65	1,45	21,21		50
Ужин	730	27,04	20,53	104,29	7,20	
Компот из апельсинов с яблоками	111	0,48	0,25	26,81	7,20	200
Картофельное пюре	165	3,67	5,76	24,52		180
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
Ужин 2	266	11,20	10,00	30,00	2,40	
Снежок	158	5,40	5,00	21,60	1,80	200
Ряженка	108	5,80	5,00	8,40	0,60	200
Итого за день:	3 204	106,89	135,27	380,56	16,11	

Мед.сестра:



Шеф-повар:

