

**МЕНЮ на 27.11.2023 понедельник**

Столовая

Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет



Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>962</b>	<b>38,49</b>	<b>51,11</b>	<b>83,64</b>	<b>0,64</b>	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Запеканка из творога с молоком сгущенным	527	21,52	30,50	38,30	0,39	200/50
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58		200
Бутерброд с сыром и маслом	270	11,77	16,85	17,88	0,25	40/10/42
<b>Завтрак 2</b>	<b>85</b>	<b>1,00</b>		<b>20,20</b>		
Сок фруктовый	85	1,00		20,20		200
<b>Обед</b>	<b>826</b>	<b>32,94</b>	<b>18,99</b>	<b>126,95</b>	<b>27,54</b>	
Компот из апельсинов	86	0,34	0,07	21,11	9,60	200
Щи из свежей капусты с картофелем,с мясом и со сметаной	88	1,90	4,92	7,95	17,66	250
Салат из свеклы с зеленым горошком	73	1,65	4,12	7,29		100
Картофельное пюре	165	3,67	5,76	24,52		180
Хлеб ржаной	138	3,36	0,66	29,64		60
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Котлеты или биточки рыбные	136	17,28	2,86	7,46	0,28	120
<b>Полдник</b>	<b>285</b>	<b>9,54</b>	<b>7,76</b>	<b>42,95</b>		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
Фрукты или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		100
Сдоба готовая	131	3,34	2,36	23,55		50
<b>Ужин</b>	<b>744</b>	<b>22,96</b>	<b>16,29</b>	<b>126,74</b>		
Компот из консервированных плодов (персики)	133	0,48	0,19	32,43		200
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Тефтели 2-й вариант, с соусом сметанным с томатом	155	8,14	9,05	10,30		80/40
Макаронные изделия отварные	224	7,36	6,01	35,27		200
<b>Ужин 2</b>	<b>108</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,40</b>	<b>0,60</b>	
Ряженка	108	5,80	5,00	8,40	0,60	200
<b>Итого за день:</b>	<b>3 010</b>	<b>110,73</b>	<b>99,15</b>	<b>408,88</b>	<b>28,78</b>	

Мед.сестра:

*on1*

Шеф-повар:

*Stk*