Зеленогорская школа -интернат

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы
/О.В.Пиго/

МЕНЮ на 08.02.2024 четверг

Столовая

Категория: дети интер,прих. с 11
Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	**635**	**16,27**	**18,58**	**99,67**	**1,00**	
Какао с молоком (1-й вариант)	154	3,77	3,93	25,95	1,00	200
Плоды или ягоды свежие (Груши)	47	0,40	0,30	10,30		100
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Каша жидкая молочная пшенная, с маслом	340	8,94	13,95	44,10		235/15
Завтрак 2	**85**	**1,00**		**20,20**		
Сок фруктовый	85	1,00		20,20		200
Обед	**988**	**50,69**	**43,23**	**95,14**	**4,96**	
Компот из яблок свежих	61	0,16		14,99	3,60	200
Суп картофельный с бобовыми(горохом лущеным)	149	5,49	5,27	16,54		250
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Жаркое по-домашнему	421	23,14	25,84	23,69		80/170
Сельдь с луком репчатым и с маслом растительным	171	16,50	11,28	0,84	1,36	100
Полдник	**527**	**21,59**	**30,52**	**38,31**	**0,42**	
Запеканка из творога с молоком сгущенным	527	21,52	30,50	38,30	0,39	200/50
Чай без сахара		0,07	0,02	0,01	0,03	200
Ужин	**626**	**29,31**	**11,63**	**150,37**	**26,47**	
Компот из апельсинов	86	0,34	0,07	21,11	9,60	200
Хлеб ржаной	138	3,36	0,66	29,64		60
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
Ужин 2	**107**	**5,80**	**5,00**	**9,60**		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
Итого за день:	**2 968**	**124,66**	**108,96**	**413,29**	**32,85**	

Мед.сестра: _____ Шеф-повар: _____