

**МЕНЮ на 09.11.2023 четверг**

Столовая

Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	635	16,27	18,68	99,17	1,00	
Какао с молоком (1-й вариант)	154	3,77	3,93	25,95	1,00	200
Фрукты или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		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	997	28,51	31,53	145,77	23,18	
Салат из моркови с зеленым горошком	86	1,61	6,50	5,17	5,52	80
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	88	1,90	4,92	7,95	17,66	250
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01		200
Макаронные изделия отварные	202	6,62	5,40	31,74		180
Хлеб ржаной	138	3,36	0,66	29,64		60
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Фрикадельки (с водой) в соусе сметанном с луком	210	9,62	13,36	10,28		80/40
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:	2 977	102,48	97,36	463,42	51,07	

Мед.сестра:

Шеф-повар: