



# МЕНЮ на 16.01.2024 вторник

Столовая

Категория: дети интер.,прих. с 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>781</b>	<b>17,32</b>	<b>37,42</b>	<b>92,92</b>		
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95		200
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Бутерброд с маслом	230	2,12	18,83	12,83		40/10
Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес"	358	9,79	15,47	44,38		235/15
<b>Завтрак 2</b>	<b>106</b>	<b>1,00</b>		<b>25,40</b>		
Сок фруктовый (абрикосовый)	106	1,00		25,40		200
<b>Обед</b>	<b>1 209</b>	<b>49,24</b>	<b>50,09</b>	<b>139,00</b>	<b>61,50</b>	
Соль повареная						5
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01		200
Рассольник "Ленинградский"	107	2,20	5,09	11,98		250
Бобовые отварные, 2-й вариант (горошек зеленый конс.)	59	2,88	2,72	5,78		100
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Бигус с мясом говядины	678	36,52	41,15	40,49	61,50	300
<b>Полдник</b>	<b>338</b>	<b>17,06</b>	<b>17,95</b>	<b>27,64</b>	<b>0,79</b>	
Омлет натуральный	221	13,04	17,43	3,48	0,76	150
Чай без сахара		0,07	0,02	0,01	0,03	200
Хлеб пшеничный	117	3,95	0,50	24,15		50
<b>Ужин</b>	<b>586</b>	<b>27,45</b>	<b>11,35</b>	<b>142,49</b>	<b>16,87</b>	
Компот из груш	115	0,16	0,12	28,05		200
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Хлеб ржаной	69	1,68	0,33	14,82		30
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	262	20,87	10,30	70,64	16,87	300
<b>Ужин 2</b>	<b>107</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
<b>Итого за день:</b>	<b>3 127</b>	<b>117,87</b>	<b>121,81</b>	<b>437,05</b>	<b>79,16</b>	

Мед.сестра:

(подпись)