

МЕНЮ на 14.01.2024 воскресенье

Столовая

Категория: дети интер до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	639	25,81	35,71	53,64	0,34	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Омлет натуральный	386	18,59	33,10	3,52	0,34	200
Кофейный напиток на сгущенном молоке	113	2,94	1,99	20,92		200
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Завтрак 2	106	1,00		25,40		
Сок фруктовый (абрикосовый)	106	1,00		25,40		200
Обед	792	23,24	23,85	119,49	0,78	
Компот из изюма	92	0,33		22,66	0,28	200
Соль повареная						3
Чеснок(порциями)		0,33		0,26	0,50	5
Макароны отварные с овощами	188	5,17	5,99	28,52		120/30
Бобовые отварные, 2-й вариант (кукуруза конс.)	44	1,23	1,75	5,87		60
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Суп крестьянский с крупой (перловая)	61	1,18	3,94	4,87		200
Фрикадельки (с водой) в соусе молочный с луком	175	8,02	11,13	8,57		70/30
Полдник	307	6,30	2,69	63,38	0,55	
Компот из кураги	92	0,33		22,66	0,28	200
Гренка молочная	215	5,97	2,69	40,72	0,27	80
Ужин	457	24,58	11,24	108,68	15,18	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Чай с молоком	81	1,52	1,35	15,90		200
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	236	18,78	9,27	63,58	15,18	270
Ужин 2	107	5,80	5,00	9,60		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
Итого за день:	2 408	86,73	78,49	380,19	16,85	

Мед.сестра:



(подпись)