

**МЕНЮ на 22.02.2024 четверг**

Столовая

Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>684</b>	<b>17,37</b>	<b>18,78</b>	<b>110,37</b>	<b>1,00</b>	
Какао с молоком (1-й вариант)	154	3,77	3,93	25,95	1,00	200
Фрукты или ягоды свежие (Бананы)	96	1,50	0,50	21,00		100
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Каша жидкая молочная пшеничная, с маслом	340	8,94	13,95	44,10		235/15
<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>905</b>	<b>25,81</b>	<b>31,11</b>	<b>126,23</b>	<b>23,18</b>	
Салат из моркови с зеленым горошком	86	1,61	6,50	5,17	5,52	80
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01		200
Макаронные изделия отварные	202	6,62	5,40	31,74		180
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Фрикадельки (с водой) в соусе сметанном с луком	210	9,62	13,36	10,28		100/20
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом птицы и со сметаной	88	1,90	4,92	7,95	17,66	250
<b>Полдник</b>	<b>527</b>	<b>21,59</b>	<b>30,52</b>	<b>38,31</b>	<b>0,42</b>	
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
<b>Ужин</b>	<b>626</b>	<b>29,31</b>	<b>11,63</b>	<b>150,37</b>	<b>26,47</b>	
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
<b>Ужин 2</b>	<b>117</b>	<b>5,59</b>	<b>6,38</b>	<b>9,38</b>	<b>0,50</b>	
Молоко кипяченое	117	5,59	6,38	9,38	0,50	200
<b>Итого за день:</b>	<b>2 944</b>	<b>100,67</b>	<b>98,42</b>	<b>454,86</b>	<b>51,57</b>	

шеф-повар:

