

МЕНЮ на 22.02.2024 четверг

Столовая

Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	615	15,58	15,99	101,56	1,00	
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 пшенная, с маслом	271	7,15	11,16	35,29		190/10
Завтрак 2	85	1,00		20,20		
Сок фруктовый	85	1,00		20,20		200
Обед	864	24,31	27,21	127,30	19,65	
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	168	5,52	4,51	26,45		150
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Фрикадельки (с водой) в соусе сметанном с луком	175	8,02	11,13	8,57		70/30
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом птицы и со сметаной	70	1,52	3,94	6,36	14,13	200
Полдник	393	11,59	8,92	65,89	0,69	
Запеканка из творога с молоком сгущенным	393	11,52	8,90	65,88	0,66	150/50
Чай без сахара		0,07	0,02	0,01	0,03	200
Ужин	508	24,52	10,18	123,77	24,78	
Компот из апельсинов	86	0,34	0,07	21,11	9,60	200
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	236	18,78	9,27	63,58	15,18	270
Ужин 2	117	5,59	6,38	9,38	0,50	
Молоко кипяченое	117	5,59	6,38	9,38	0,50	200
Итого за день:	2 582	82,59	68,68	448,10	46,62	

Шеф-повар: