

**МЕНЮ на 19.12.2023 вторник**

Столовая

Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>821</b>	<b>27,40</b>	<b>36,10</b>	<b>96,01</b>	<b>0,25</b>	
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Каша жидкая молочная овсянная, с маслом	340	9,31	15,27	40,79		235/15
Бутерброд с сыром и маслом	270	11,77	16,85	17,88	0,25	40/10/42
Какао с молоком	119	4,08	3,54	17,58		200
<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>1 036</b>	<b>51,68</b>	<b>43,96</b>	<b>108,32</b>	<b>11,13</b>	
Компот из кураги	92	0,33		22,66	0,28	200
Чеснок(порциями)		0,33		0,26	0,50	5
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Жаркое по-домашнему	421	23,14	25,84	23,69		80/170
Сельдь с луком репчатым и с маслом растительным	171	16,50	11,28	0,84	1,36	100
Суп из овощей с мясом птицы	120	4,40	5,80	12,13	8,99	250
<b>Полдник</b>	<b>343</b>	<b>7,89</b>	<b>4,34</b>	<b>66,92</b>	<b>0,27</b>	
Фрукты или ягоды свежие (Груши)	47	0,40	0,30	10,30		100
Гренка молочная	215	5,97	2,69	40,72	0,27	80
Чай с молоком	81	1,52	1,35	15,90		200
<b>Ужин</b>	<b>614</b>	<b>18,66</b>	<b>15,29</b>	<b>100,34</b>		
Картофель отварной	171	3,42	5,18	27,61		180
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Чай с лимоном	56	0,12	0,02	13,69		200
Тефтели 2-й вариант, с соусом молочным и томатом	155	8,14	9,05	10,30		100/20
<b>Ужин 2</b>	<b>158</b>	<b>5,40</b>	<b>5,00</b>	<b>21,60</b>	<b>1,80</b>	
Снежок	158	5,40	5,00	21,60	1,80	200
<b>Итого за день:</b>	<b>3 057</b>	<b>112,03</b>	<b>104,69</b>	<b>413,39</b>	<b>13,45</b>	