

МЕНЮ на 07.12.2023 четверг

Столовая

Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	566	14,48	15,89	90,36	1,00	
Какао с молоком (1-й вариант)	154	3,77	3,93	25,95	1,00	200
Фрукты или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		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 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	118	5,80	6,40	8,00	1,40	
Кефир	118	5,80	6,40	8,00	1,40	200
Итого за день:	2 534	81,70	68,60	435,52	47,52	

Мед.сестра:

Шеф-повар: