

  
/О.В.Пуго/**МЕНЮ на 21.02.2024 среда**

Столовая

Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет



Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>633</b>	<b>16,89</b>	<b>32,77</b>	<b>67,21</b>		
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Яйцо вареное	63	5,08	4,60	0,28		40
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95		200
Каша жидкая молочная из манной крупы, с маслом	239	5,82	10,21	30,84		190/10
Бутерброд с маслом	184	1,70	15,06	10,26		30/10
<b>Завтрак 2</b>	<b>136</b>	<b>0,60</b>	<b>0,40</b>	<b>32,60</b>		
Сок фруктовый	136	0,60	0,40	32,60		200
<b>Обед</b>	<b>701</b>	<b>28,43</b>	<b>27,26</b>	<b>82,24</b>	<b>3,60</b>	
Компот из яблок свежих	61	0,16		14,99	3,60	200
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
						3
Жаркое по-домашнему	337	18,51	20,67	18,95		60/140
Суп картофельный с бобовыми(горохом лущеным)	119	4,25	4,22	13,23		200
Бобовые отварные, 2-й вариант (кукуруза конс.)	44	1,23	1,75	5,87		60
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
<b>Полдник</b>	<b>285</b>	<b>9,54</b>	<b>7,76</b>	<b>42,95</b>		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
Фрукты или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		100
Сдоба готовая	131	3,34	2,36	23,55		50
<b>Ужин</b>	<b>516</b>	<b>19,41</b>	<b>20,89</b>	<b>59,78</b>	<b>29,98</b>	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00		200
Капуста, тушенная с мясом птицы	316	15,06	20,25	15,58	29,98	250
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
<b>Ужин 2</b>	<b>108</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,40</b>	<b>0,60</b>	
Ряженка	108	5,80	5,00	8,40	0,60	200
<b>Итого за день:</b>	<b>2 379</b>	<b>80,67</b>	<b>94,08</b>	<b>293,18</b>	<b>34,18</b>	

Мед.сестра: \_\_\_\_\_

Шеф-повар: \_\_\_\_\_

