

МЕНЮ на 05.03.2024 вторник

Столовая



Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	874	28,46	37,27	105,76	0,28	
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
Какао с молоком сгущенным	138	3,67	2,60	25,09		200
Бутерброд с сыром	304	13,24	18,96	20,12	0,28	50/40
Завтрак 2	85	1,00		20,20		
Сок фруктовый (яблочный)	85	1,00		20,20		200
Обед	995	36,37	33,50	129,03	6,30	
Компот из кураги	92	0,33		22,66	0,28	200
Соль повареная						5
Чеснок(порциями)		0,33		0,26	0,50	5
Морковь с зеленым горошком	86	1,61	6,50	5,17	5,52	80
Рис отварной	252	4,38	6,44	44,02		180
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Суп с мясными фрикадельками	157	8,41	6,24	13,62		220/30
Печень говяжья по-строгановски	222	15,91	13,48	4,22		90/30
Полдник	343	7,89	4,34	66,92	0,27	
Плоды 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
Ужин	614	18,66	15,29	100,34		
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
Тефтели 2-й вариант, с соусом молочным с томатом	155	8,14	9,05	10,30		80/40
Чай с лимоном	56	0,12	0,02	13,69		200
Ужин 2	158	5,40	5,00	21,60	1,80	
Снежок	158	5,40	5,00	21,60	1,80	200
Итого за день:	3 069	97,78	95,40	443,85	8,65	