

МЕНЮ на 23.02.2024 пятница

Столовая

Категория: дети интер с 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	826	27,77	34,74	100,44	0,25	
Кофейный напиток на сгущенном молоке	113	2,94	1,99	20,92		200
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Каша жидкая молочная из гречневой крупы, с маслом	351	10,82	15,46	41,88		235/15
Бутерброд с сыром и маслом	270	11,77	16,85	17,88	0,25	40/10/42
Завтрак 2	106	1,00		25,40		
Сок фруктовый (абрикосовый)	106	1,00		25,40		200
Обед	924	32,34	37,95	111,00	8,99	
Соль повареная						5
Овощи натуральные соленые(огурцы)	10	0,83	0,10	1,70		100
Компот из груш	115	0,16	0,12	28,05		200
Капуста тушеная	139	3,67	6,62	14,20		180
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Кнели из кур с рисом	308	16,30	24,27	6,18		100/10
Суп из овощей с мясом птицы	120	4,40	5,80	12,13	8,99	250
Полдник	349	8,79	2,62	71,93		
Компот из консервированных плодов (персики)	133	0,48	0,19	32,43		200
Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		100
Булочка "Октябренок"	169	7,91	2,03	29,70		70
Ужин	722	21,92	19,63	112,05		
Каша рассыпчатая (перловая)	220	5,25	5,21	38,03		180
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 молочный с луком	210	9,62	13,36	10,28		80/40
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00		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:	3 085	97,22	99,94	442,42	11,04	

Шеф-повар:

