



МЕНЮ на 25.12.2023 понедельник

Столовая

Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет

| Наименование | ККал | Б | Ж | У | С | Вес (г) |
|---|--------------|---------------|--------------|---------------|--------------|----------|
| Завтрак 1 | 962 | 38,49 | 51,11 | 83,64 | 0,64 | |
| Хлеб ржаной | 46 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | | 20 |
| Запеканка из творога с молоком сгущенным | 527 | 21,52 | 30,50 | 38,30 | 0,39 | 200/50 |
| Какао с молоком | 119 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | | 200 |
| Бутерброд с сыром и маслом | 270 | 11,77 | 16,85 | 17,88 | 0,25 | 40/10/42 |
| Завтрак 2 | 85 | 1,00 | | 20,20 | | |
| Сок фруктовый | 85 | 1,00 | | 20,20 | | 200 |
| Обед | 780 | 31,82 | 18,77 | 117,07 | 27,54 | |
| Компот из апельсинов | 86 | 0,34 | 0,07 | 21,11 | 9,60 | 200 |
| Щи из свежей капусты с картофелем,с мясом и со сметаной | 88 | 1,90 | 4,92 | 7,95 | 17,66 | 250 |
| Салат из свеклы с зеленым горошком | 73 | 1,65 | 4,12 | 7,29 | | 100 |
| Картофельное пюре | 165 | 3,67 | 5,76 | 24,52 | | 180 |
| Хлеб ржаной | 92 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | | 40 |
| Хлеб пшеничный | 140 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | | 60 |
| Котлеты или биточки рыбные | 136 | 17,28 | 2,86 | 7,46 | 0,28 | 120 |
| Полдник | 275 | 11,85 | 6,75 | 41,11 | | |
| Молоко кипяченое | 107 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | | 200 |
| Плоды или ягоды свежие | 47 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | | 100 |
| Булочка "Октябренок" | 121 | 5,65 | 1,45 | 21,21 | | 50 |
| Ужин | 744 | 22,96 | 16,29 | 126,74 | | |
| Компот из консервированных плодов (персики) | 133 | 0,48 | 0,19 | 32,43 | | 200 |
| 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 сметанным с томатом | 155 | 8,14 | 9,05 | 10,30 | | 80/40 |
| Макаронные изделия отварные | 224 | 7,36 | 6,01 | 35,27 | | 200 |
| Ужин 2 | 108 | 5,80 | 5,00 | 8,40 | 0,60 | |
| Ряженка | 108 | 5,80 | 5,00 | 8,40 | 0,60 | 200 |
| Итого за день: | 2 954 | 111,92 | 97,92 | 397,16 | 28,78 | |

Мед.сестра: