

**МЕНЮ на 22.11.2023 среда**

Столовая

Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет



Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>736</b>	<b>19,40</b>	<b>35,42</b>	<b>84,44</b>		
Яйцо вареное	63	5,08	4,60	0,28		40
Кофейный напиток с молоком	101	3,17	2,68	15,95		200
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Бутерброд с маслом	184	1,70	15,06	10,26		30/10
Каша жидкая молочная из манной крупы, с маслом	296	7,21	12,64	38,19		235/15
<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>1 088</b>	<b>52,27</b>	<b>43,59</b>	<b>117,69</b>	<b>1,36</b>	
Компот из свежих яблок	115	0,16	0,16	27,88		200
Суп картофельный с бобовыми(горохом лущеным)	149	5,49	5,27	16,54		250
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Жаркое по-домашнему	421	23,14	25,84	23,69		80/170
Сельдь с луком репчатым и с маслом растительным	171	16,50	11,28	0,84	1,36	100
<b>Полдник</b>	<b>481</b>	<b>26,25</b>	<b>21,10</b>	<b>70,80</b>		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
Фрукты или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		100
Пудинг из творога (запеченный), со сгущенным молоком	327	20,05	15,70	51,40		125/30
<b>Ужин</b>	<b>671</b>	<b>25,12</b>	<b>25,36</b>	<b>82,44</b>	<b>35,98</b>	
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00		200
Капуста, тушенная с мясом птицы	379	18,07	24,30	18,70	35,98	300
<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>3 220</b>	<b>129,44</b>	<b>130,87</b>	<b>396,37</b>	<b>37,94</b>	

Мед.сестра:

*ОНА*

Шеф-повар:

*ПРМ*