Зеленогорская школа -интернат

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы
/О.В.Пиго/

МЕНЮ на 03.05.2024 пятница

Столовая

Категория: дети интер,прих. до 11
Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	**710**	**24,49**	**31,43**	**82,18**	**0,25**	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Кофейный напиток на сгущенном молоке	113	2,94	1,99	20,92		200
Каша жидкая молочная из гречневой крупы, с маслом	281	8,66	12,37	33,50		190/10
Бутерброд с сыром	270	11,77	16,85	17,88	0,25	50/30
Завтрак 2	**106**	**1,00**		**25,40**		
Сок фруктовый	106	1,00		25,40		200
Обед	**680**	**21,17**	**22,28**	**96,30**	**13,06**	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Соль повареная						3
Суп из овощей с мясом	174	6,39	8,42	17,62	13,06	250
Овощи натуральные соленые(огурцы)	6	0,50	0,06	1,02		60
Компот из груш	115	0,16	0,12	28,05		200
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Тефтели 2-й вариант, с соусом сметанным с томатом	129	6,78	7,54	8,58		70/30
Капуста тушеная	116	3,06	5,52	11,83		150
Полдник	**301**	**6,53**	**2,04**	**63,44**		
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"	121	5,65	1,45	21,21		50
Ужин	**605**	**17,95**	**16,33**	**94,34**		
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00		200
Каша рассыпчатая (перловая)	184	4,46	4,34	31,69		150
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Фрикадельки (с водой) в соусе молочный с луком	175	8,02	11,13	8,57		70/30
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:	**2 560**	**76,54**	**77,08**	**383,26**	**15,11**	

Мед.сестра: _____ Шеф-повар: _____