

МЕНЮ на 08.05.2024 среда

Столовая

Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет



Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	697	20,48	31,18	83,44	0,25	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Каша жидкая молочная из рисовой крупы, с маслом	300	6,07	12,76	39,78		235/15
Чай с молоком	81	1,52	1,35	15,90		200
Бутерброд с сыром и маслом	270	11,77	16,85	17,88	0,25	40/10/42
Завтрак 2	136	0,60	0,40	32,60		
Сок фруктовый	136	0,60	0,40	32,60		200
Обед	1 003	48,47	33,26	127,49	20,11	
Компот из кураги	92	0,33		22,66	0,28	200
Пудинг из печени (молоч.соус)	189	17,44	12,05	2,81	12,79	100
Картофельное пюре	165	3,67	5,76	24,52		180
Суп с курицей(макаронными изд.)	131	2,99	3,02	22,98	5,68	264
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Хлеб ржаной	115	2,80	0,55	24,70		50
Сельдь с луком репчатым и с маслом растительным	171	16,50	11,28	0,84	1,36	100
Соль повареная						5
Полдник	483	21,62	16,22	87,40		
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00		200
Фрукты или ягоды свежие (Бананы)	96	1,50	0,50	21,00		100
Пудинг из творога (запеченный), со сгущенным молоком	327	20,05	15,70	51,40		125/30
Ужин	625	20,28	17,67	94,14	3,60	
Компот из яблок свежих	61	0,16		14,99	3,60	200
Капуста тушеная	139	3,67	6,62	14,20		180
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Тефтели 2-й вариант, с соусом сметанным с томатом	170	8,91	9,90	11,27		131
Хлеб ржаной	115	2,80	0,55	24,70		50
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:	3 052	117,24	103,73	433,47	24,56	

Меню составлено

Меню-новар: ТД