

МЕНЮ на 14.05.2024 вторник

Столовая

Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет



Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	725	24,01	31,89	85,49	0,25	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Бутерброд с сыром и маслом	270	11,77	16,85	17,88	0,25	40/10/30
Каша жидкая молочная овсянная, с маслом	271	7,45	12,22	32,64		190/10
Какао с молоком сгущенным	138	3,67	2,60	25,09		200
Завтрак 2	85	1,00		20,20		
Сок фруктовый	85	1,00		20,20		200
Обед	804	28,53	28,95	104,08	6,40	
Компот из кураги	92	0,33		22,66	0,28	200
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Соль повареная						3
Чеснок(порциями)		0,33		0,26	0,50	5
Рис отварной	210	3,65	5,37	36,68		150
Суп с мясными фрикадельками	125	6,73	4,99	10,90		170/30
Хлеб пшеничный	70	2,37	0,30	14,49		30
Печень говяжья по-строгановски	185	13,26	11,23	3,52		80/20
Винегрет овощной	76	0,74	6,84	5,69	5,62	60
Полдник	343	7,89	4,34	66,92	0,27	
Чай с молоком	81	1,52	1,35	15,90		200
Фрукты или ягоды свежие (Груши)	47	0,40	0,30	10,30		100
Гренка молочная	215	5,97	2,69	40,72	0,27	80
Ужин	513	15,16	12,72	84,36		
Картофель отварной	142	2,86	4,32	23,01		150
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Чай с лимоном	56	0,12	0,02	13,69		200
Тефтели 2-й вариант, с соусом молочным с томатом	129	6,78	7,54	8,58		70/30
Ужин 2	118	5,80	6,40	8,00	1,40	
Кефир	118	5,80	6,40	8,00	1,40	200
Итого за день:	2 588	82,39	84,30	369,05	8,32	