



/О.В.Пуго/
МЕНЮ на 16.04.2024 вторник

Столовая

Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	874	28,46	37,27	105,76	0,28	
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Каша жидкая молочная овсянная, с маслом	340	9,31	15,27	40,79		250
Какао с молоком сгущенным	138	3,67	2,60	25,09		200
Бутерброд с сыром	304	13,24	18,96	20,12	0,28	40/50
Завтрак 2	85	1,00		20,20		
Сок фруктовый	85	1,00		20,20		200
Обед	985	29,79	37,25	131,70	10,14	
Компот из кураги	92	0,33		22,66	0,28	200
Соль повареная						5
Чеснок(порциями)		0,33		0,26	0,50	5
Рассольник "Ленинградский"	107	2,20	5,09	11,98		250
Рис отварной	252	4,38	6,44	44,02		180
Винегрет овощной	126	1,24	11,40	9,48	9,36	100
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Печень говяжья по-строгановски	222	15,91	13,48	4,22		90/30
Полдник	343	7,89	4,34	66,92	0,27	
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
Чай с молоком	81	1,52	1,35	15,90		200
Ужин	614	18,66	15,29	100,34		
Картофель отварной	171	3,42	5,18	27,61		180
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 молочным с томатом	155	8,14	9,05	10,30		80/40
Чай с лимоном	56	0,12	0,02	13,69		20
Ужин 2	158	5,40	5,00	21,60	1,80	
Снежок	158	5,40	5,00	21,60	1,80	20
Итого за день:	3 059	91,20	99,15	446,52	12,49	

