

МЕНЮ на 18.04.2024 четверг

Столовая

Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет



Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
Завтрак 1	566	14,48	15,89	90,36	1,00	
Какао с молоком (1-й вариант)	154	3,77	3,93	25,95	1,00	20
Фрукты или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		10
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		4
Каша жидкая молочная пшенная, с маслом	271	7,15	11,16	35,29		190/1
Завтрак 2	85	1,00		20,20		
Сок фруктовый	85	1,00		20,20		20
Обед	818	23,07	23,62	127,31	19,65	
Соль повареная						
Салат из моркови с зеленым горошком	86	1,61	6,50	5,17	5,52	80
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01		200
Макаронные изделия отварные	168	5,52	4,51	26,45		150
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 сметанным с томатом	129	6,78	7,54	8,58		70/30
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	70	1,52	3,94	6,36	14,13	200
Полдник	375	11,78	3,09	74,85		
Компот из консервированных плодов (персики)	133	0,48	0,19	32,43		200
Булочка "Октябренок"	242	11,30	2,90	42,42		100
Ужин	588	20,80	21,16	75,77	39,58	
Компот из апельсинов	86	0,34	0,07	21,11	9,60	200
Капуста, тушенная с мясом птицы	316	15,06	20,25	15,58	29,98	250
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Ужин 2	107	5,80	5,00	9,60		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
Итого за день:	2 539	76,93	68,76	398,09	60,23	

Шеф-повар: