

**МЕНЮ на 18.04.2024 четверг**

Столовая



Категория: дети интер,прих. с 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>635</b>	<b>16,27</b>	<b>18,68</b>	<b>99,17</b>	<b>1,00</b>	
Какао с молоком (1-й вариант)	154	3,77	3,93	25,95	1,00	200
Фрукты или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		100
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Каша жидкая молочная пшенная, с маслом	340	8,94	13,95	44,10		235/15
<b>Завтрак 2</b>	<b>85</b>	<b>1,00</b>		<b>20,20</b>		
Сок фруктовый	85	1,00		20,20		200
<b>Обед</b>	<b>846</b>	<b>23,71</b>	<b>25,90</b>	<b>128,06</b>	<b>23,18</b>	
Соль повареная						5
Салат из моркови с зеленым горошком	86	1,61	6,50	5,17	5,52	80
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	88	1,90	4,92	7,95	17,66	250
Компот из смеси сухофруктов	133	0,66	0,09	32,01		200
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Тефтели 2-й вариант, с соусом сметанным с томатом	129	6,78	7,54	8,58		70/30
Макаронные изделия отварные	224	7,36	6,01	35,27		200
<b>Полдник</b>	<b>375</b>	<b>11,78</b>	<b>3,09</b>	<b>74,85</b>		
Компот из консервированных плодов (персики)	133	0,48	0,19	32,43		200
Булочка "Октябренок"	242	11,30	2,90	42,42		100
<b>Ужин</b>	<b>743</b>	<b>26,51</b>	<b>25,63</b>	<b>98,43</b>	<b>45,58</b>	
Компот из апельсинов	86	0,34	0,07	21,11	9,60	200
Хлеб ржаной	138	3,36	0,66	29,64		60
Хлеб пшеничный	140	4,74	0,60	28,98		60
Капуста, тушенная с мясом птицы	379	18,07	24,30	18,70	35,98	300
<b>Ужин 2</b>	<b>107</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>		
Молоко кипяченое	107	5,80	5,00	9,60		200
<b>Итого за день:</b>	<b>2 791</b>	<b>85,07</b>	<b>78,30</b>	<b>430,31</b>	<b>69,76</b>	

Шеф-повар: