

**МЕНЮ на 19.04.2024 пятница**

Столовая



Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>710</b>	<b>24,49</b>	<b>31,43</b>	<b>82,18</b>	<b>0,25</b>	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Кофейный напиток на сгущенном молоке	113	2,94	1,99	20,92		200
Бутерброд с сыром и маслом	270	11,77	16,85	17,88	0,25	40/10/30
Каша жидкая молочная из гречневой крупы, с маслом	281	8,66	12,37	33,50		190/10
<b>Завтрак 2</b>	<b>106</b>	<b>1,00</b>		<b>25,40</b>		
Сок фруктовый	106	1,00		25,40		200
<b>Обед</b>	<b>701</b>	<b>22,83</b>	<b>23,91</b>	<b>95,61</b>	<b>35,07</b>	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Соль повареная						3
Овощи натуральные соленые(огурцы)	6	0,50	0,06	1,02		60
Компот из груш	115	0,16	0,12	28,05		200
Суп с курицей(макаронными изд.)	124	2,83	2,86	21,76	5,09	250
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
<b>Полдник</b>	<b>440</b>	<b>11,99</b>	<b>9,32</b>	<b>75,69</b>	<b>0,69</b>	
Запеканка из творога с молоком сгущенным	393	11,52	8,90	65,88	0,66	150/50
Чай без сахара		0,07	0,02	0,01	0,03	200
Фрукты или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		100
<b>Ужин</b>	<b>605</b>	<b>17,95</b>	<b>16,33</b>	<b>94,34</b>		
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00		200
Каша рассыпчатая (перловая)	184	4,46	4,34	31,69		150
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Фрикадельки (с водой) в соусе молочном с луком	175	8,02	11,13	8,57		70/30
<b>Ужин 2</b>	<b>158</b>	<b>5,40</b>	<b>5,00</b>	<b>21,60</b>	<b>1,80</b>	
Снежок	158	5,40	5,00	21,60	1,80	200
<b>Итого за день:</b>	<b>2 720</b>	<b>83,66</b>	<b>85,99</b>	<b>394,82</b>	<b>37,81</b>	

Шеф-повар:

