

**МЕНЮ на 26.04.2024 пятница**

Столовая

Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>695</b>	<b>23,71</b>	<b>31,99</b>	<b>77,91</b>	<b>0,55</b>	
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 из гречневой крупы, с маслом	281	8,66	12,37	33,50		190/10
Чай с молоком сгущенным	98	2,16	2,55	16,65	0,30	200
<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>718</b>	<b>18,98</b>	<b>25,05</b>	<b>106,66</b>	<b>20,25</b>	
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Соль повареная						3
Чеснок(порциями)		0,33		0,26	0,50	5
Компот из груш	115	0,16	0,12	28,05		200
Макароны отварные с овощами	188	5,17	5,99	28,52		120/30
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Тефтели 2-й вариант, с соусом сметанным с томатом	129	6,78	7,54	8,58		70/30
Винегрет овощной	76	0,74	6,84	5,69	5,62	60
Щи из свежей капусты с картофелем,с мясом и со сметаной	70	1,52	3,94	6,36	14,13	200
<b>Полдник</b>	<b>431</b>	<b>7,67</b>	<b>13,83</b>	<b>68,25</b>	<b>1,00</b>	
Какао с молоком (1-й вариант)	154	3,77	3,93	25,95	1,00	200
Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	47	0,40	0,40	9,80		100
Печенье	230	3,50	9,50	32,50		50
<b>Ужин</b>	<b>491</b>	<b>15,43</b>	<b>17,29</b>	<b>64,60</b>		
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00		200
Хлеб пшеничный	94	3,16	0,40	19,32		40
Фрикадельки (с водой) в соусе молочный с луком	175	8,02	11,13	8,57		70/30
Капуста тушеная	116	3,06	5,52	11,83		150
<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>2 599</b>	<b>72,19</b>	<b>93,16</b>	<b>364,42</b>	<b>23,60</b>	

Меню не в силе: *Тер*