

**МЕНЮ на 27.04.2024 суббота**

Столовая



Категория: дети интер,прих. до 11

Диета: Без диет

Наименование	ККал	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак 1</b>	<b>812</b>	<b>23,43</b>	<b>56,01</b>	<b>53,58</b>	<b>0,34</b>	
Омлет натуральный	386	18,59	33,10	3,52	0,34	200
Хлеб ржаной	92	2,24	0,44	19,76		40
Чай с сахаром	60	0,07	0,02	15,00		200
Бутерброд с джемом	274	2,53	22,45	15,30		50/12
<b>Завтрак 2</b>	<b>136</b>	<b>0,60</b>	<b>0,40</b>	<b>32,60</b>		
Сок фруктовый	136	0,60	0,40	32,60		200
<b>Обед</b>	<b>692</b>	<b>25,12</b>	<b>31,63</b>	<b>76,02</b>	<b>5,80</b>	
Компот из чернослива	92	0,33		22,66	0,28	200
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Соль повареная						3
Салат из моркови с зеленым горошком	86	1,61	6,50	5,17	5,52	80
Жаркое по-домашнему	337	18,51	20,67	18,95		60/140
Суп крестьянский с крупой (перловая)	61	1,18	3,94	4,87		200
Хлеб пшеничный	70	2,37	0,30	14,49		30
<b>Полдник</b>	<b>260</b>	<b>6,38</b>	<b>1,75</b>	<b>54,17</b>	<b>0,28</b>	
Компот из изюма	92	0,33		22,66	0,28	200
Плоды или ягоды свежие (Груши)	47	0,40	0,30	10,30		100
Булочка "Октябренок"	121	5,65	1,45	21,21		50
<b>Ужин</b>	<b>549</b>	<b>20,29</b>	<b>16,80</b>	<b>75,13</b>	<b>7,20</b>	
Компот из апельсинов с яблоками	111	0,48	0,25	26,81	7,20	200
Хлеб ржаной	46	1,12	0,22	9,88		20
Картофельное пюре	137	3,06	4,80	20,43		150
Хлеб пшеничный	70	2,37	0,30	14,49		30
Печень говяжья по-строгановски	185	13,26	11,23	3,52		80/20
<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>2 556</b>	<b>81,62</b>	<b>111,59</b>	<b>301,10</b>	<b>13,62</b>	

Шеф-повар: