

Школа ГБОУ школа-интернат №1 Выборгского района Санкт-Петербурга Отд./корп Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		213	Яйца вареные	60	0.00	60.9	2.7	2.7	0.3
	гор.блюдо	189	Каша рисовая молочная жидкая	250	0.00	255	12	15	30
	гор.напиток	395	Кофейный напиток с молоком	200	0.00	60	2	1	11
	хлебобулочн/к		Батон нарезной обогащенный	40	0.00	101.2	3	1.2	20.6
	фрукты	912	Виноград	150	0.00	108	0.9	0.9	23.1
	итого			700	192.31	585.1	20.6	20.8	85
Завтрак 2	бутерброд	ТТК№-5	Бутерброд с ветчиной	50	0.00	134.4	7.3	8.3	10.3
	гор.напиток	268	Чай с лимоном	200	0.00	45.6	0.2	0	11.7
	итого			250	48.08	180	7.5	8.3	22
Обед	закуска	35	Салат из белокачанной капусты с зеленью	100	0.00	51	0	3	13
	1 блюдо	98	Суп картофельный с крупой и рыбой	280	0.00	155	7	5	27
	2 блюдо	258	Жаркое по-домашнему	250	0.00	498	25	22	55
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200	0.00	28	0	0	7.5
	хлебобулочн/к		Хлеб ржаной	20	0.00	40.8	1.3	0.2	8.5
	хлебобулочн/к		Батон нарезной обогащенный	20	0.00	50.6	1.5	0.6	10.3
	итого			870	336.55	823.4	34.8	30.8	121.3
Полдник		224	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200	0.00	360	16	19	37.9
	напиток	442	Сок яблочный	200	0.00	86	1	0.2	20.2
	итого			400	144.24	446	17	19.2	58.1
Ужин	закуска	ТТК№-10	Огурец свежий	100	0.00	17	0.8	0.2	2.5
	гор.блюдо	ТТК№-31	Плов из птицы	250	0.00	334.5	14.3	14.9	35.8
	напиток	394	Компот из свежих плодов	200	0.00	55	0.2	0.2	27.9
	хлебобулочн/к		Хлеб ржаной	20	0.00	40.8	1.3	0.2	8.5
	хлебобулочн/к		Батон нарезной обогащенный	40	0.00	101.2	3	1.2	20.6
	итого			610	192.31	548.5	19.6	16.7	95.3
Ужин 2	кисломолочн	435	Кефир	200	0.00	118.3	6.6	5	10.7
	кондитерское	ТТК№-18	Печенье	20	0.00	83.4	1.5	2	14.9
	итого			220	48.08	201.7	8.1	7	25.6