

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	бутерброд	ТТК№-5	Бутерброд с ветчиной	50	0.00	134.4	7.3	8.3	10.3
	гор.блюдо	189	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	250	0.00	274.0	8.0	10.0	42.0
	гор.напиток	ТТК№-38	Какао с молоком	200	0.00	92.1	3.5	2.8	13.5
	фрукты	ТТК-368	Яблоко	150	0.00	47.1	1.0	1.0	12.0
	итого			650	192.31	547.6	19.8	22.1	77.8
Завтрак 2	бутерброд	1	Бутерброд с маслом	40	0.00	100.0	2.6	8.0	8.0
	гор.напиток	430	Чай с конфетами	230	0.00	80.0	2.0	2.0	18.0
	итого			270	48.08	180.0	4.6	10.0	26.0
Обед	закуска	ТТК№-10	Огурец свежий	100	0.00	17.0	0.8	0.2	2.5
	1 блюдо	99	Суп картофельный с фасолью и говядиной	270	0.00	177.0	11.0	9.0	20.0
	2 блюдо	ТТК№-23	Рыба тушеная в томате с овощами	120	0.00	189.5	9.6	10.4	13.7
	гарнир	335	Пюре картофельное	180	0.00	166.0	3.7	6.5	24.4
	напиток	442	Сок яблочный	200	0.00	86.0	1.0	0.2	20.2
	хлебобулочн	к/к	Хлеб ржаной	40	0.00	81.7	2.6	0.4	17.0
	хлебобулочн	к/к	Батон нарезной обогащенный	40	0.00	112.0	3.0	2.0	26.0
	итого			950	336.55	829.2	31.7	28.7	123.8
Полдник	хлебобулочн	ТТК№-46	Булочка ванильная	150	0.00	305.0	8.0	8.0	50.6
	молочный пр	ТТК№-43	Молоко в инд.упаковке	200	0.00	120.0	6.0	6.4	9.4
	итого			350	144.24	425.0	14.0	14.4	60.0
Ужин	закуска	ТТК№-13	Помидор свежий	100	0.00	16.0	0.6	0.2	3.0
	гор.блюдо	ТТК№-30	Фрикадельки из птицы	100	0.00	161.5	11.7	12.0	10.8
	гарнир	331	Макаронные изделия отварные	180	0.00	202.0	6.5	6.0	39.0
	напиток	ТТК№-41	Кисель	200	0.00	84.9	0.1	0.1	20.9
	хлебобулочн	к/к	Хлеб ржаной	20	0.00	40.8	1.3	0.2	8.5
	хлебобулочн	к/к	Батон нарезной обогащенный	20	0.00	50.6	1.5	0.6	10.3
	итого			620	192.31	555.8	21.7	19.1	92.5
Ужин 2	кисломолочн	435	Кефир	200	0.00	118.3	6.6	5.0	10.7
	кондитерско	ТТК№-18	Печенье	20	0.00	83.4	1.5	2.0	14.9
	итого			220	48.08	201.7	8.1	7.0	25.6