

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

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	бутерброд	1	Бутерброд с маслом	30	0.00	100	2	8	8
	гор.блюдо	189	Каша пшенная жидкая	250	0.00	288	12	12.4	43
	гор.напиток	ТТК№-26	Чай с молоком и сахаром	200	0.00	70	2	1.5	12.5
	хлебобулочное	к/к	Батон нарезной обогащенный	20	0.00	50.6	1.5	0.6	10.3
	фрукты	ТТК№-36	Груша	150	0.00	70.5	0.6	0.5	15.5
	итого			650	192.31	579.1	18.1	23	89.3
Завтрак 2	бутерброд	2	Бутерброд с джемом	30	0.00	60	2	4	15
	гор.напиток	383	Какао с молоком	200	0.00	95	4	3	13
	итого			230	48.08	155	6	7	28
Обед	закуска	35	Салат из белокачанной капусты с зеленью	100	0.00	51	0	3	13
	1 блюдо	100	Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью	271	0.00	142	8	6	18
	2 блюдо	ТТК№-25	Печень по-строгановски	120	0.00	211.4	12.4	12.9	10.5
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	0.00	223	9	7	41
	напиток	ТТК№-44	Напиток из плодов шиповника	200	0.00	97.2	0.7	0.3	20.7
	хлебобулочное	к/к	Хлеб ржаной	20	0.00	40.8	1.3	0.2	8.5
	хлебобулочное	к/к	Батон нарезной обогащенный	20	0.00	50.6	1.5	0.6	10.3
	итого			911	336.55	816	32.9	30	122
Полдник		224	Запеканка из творога со сгущенным молоком	190	0.00	360	16	19	36
	напиток	442	Сок персиковый	200	0.00	89.2	0.6	0	22.3
	итого			390	144.24	449.2	16.6	19	58.3
Ужин	закуска	ТТК№-10	Огурец свежий	100	0.00	17	0.8	0.2	2.5
	гор.блюдо	ТТК№-29	Запеканка картофельная с мясом	280	0.00	391.2	15.1	18.3	43.6
	напиток	268	Чай с лимоном и сахаром	200	0.00	45.6	0.2	0	11.7
	хлебобулочное	к/к	Хлеб ржаной	20	0.00	40.8	1.3	0.2	8.5
	хлебобулочное	к/к	Батон нарезной обогащенный	20	0.00	50.6	1.5	0.6	10.3
	итого			620	192.31	545.2	18.9	19.3	76.6
Ужин 2	кисломолочное	435	Йогурт	200	0.00	113	5.6	5	9
	кондитерское	ТТК№-14	Пряники	30	0.00	116.5	3	1.5	22.5
	итого			230	48.08	229.5	8.6	6.5	31.5