

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	блюдо из яиц	213	Яйца вареные	60	0.00	60.9	2.7	2.7	0.3
	гор.блюдо	189	Каша рисовая молочная жидкая	200	0.00	205.1	10.5	13.8	27.9
	гор.напиток	395	Кофейный напиток с молоком	200	0.00	60	2	1	11
	хлебобулочное изделие	к/к	Батон нарезной обогащенный	40	0.00	95	3.1	1.2	20.6
	фрукты	912	Виноград	150	0.00	108	0.9	0.9	23.1
	итого			650	172.12	529	19.2	19.6	82.9
Завтрак 2	бутерброд	5	Бутерброд с ветчиной	50	0.00	130	9	8.3	10
	гор.напиток	431	Чай с лимоном	200	0.00	32.5	0.2	0	8
	итого			250	43.03	162.5	9.2	8.3	18
Обед	закуска	35	Салат из белокачанной капусты с зеленью	60	0.00	44.2	3.5	5	12.5
	1 блюдо	98	Суп картофельный с крупой и рыбой	225	0.00	130	6	3.6	25.1
	2 блюдо	258	Жаркое по-домашнему	200	0.00	450	20	19	46
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200	0.00	28	0	0	7.5
	хлебобулочное изделие	к/к	Хлеб ржаной	20	0.00	40.8	1.3	0.4	17
	хлебобулочное изделие	к/к	Батон нарезной обогащенный	20	0.00	50.6	1.5	0.6	10.3
	итого			725	301.20	743.6	32.3	28.6	118.4
Полдник	блюдо из творога	224	Запеканка из творога со сгущенным молоком	170	0.00	350	14	17	32
	напиток	442	Сок яблочный	200	0.00	83.4	1	0.2	19.6
	итого			370	129.09	433.4	15	17.2	51.6
Ужин	закуска	ТТК№-10	Огурец свежий	60	0.00	10.2	0.5	0.2	1.5
	гор.блюдо	311	Плов из птицы	250	0.00	407	16	19	28
	напиток	394	Компот из свежих плодов	200	0.00	55	0.2	0.2	27.9
	хлебобулочное изделие	к/к	Хлеб ржаной	20	0.00	40.8	1.3	0.2	8.5
	хлебобулочное изделие	к/к	Батон нарезной обогащенный	20	0.00	50.6	1.5	0.6	10.3
	итого			550	172.12	563.6	19.5	20.2	76.2
Ужин 2	кисломолочный продукт	435	Кефир	180	0.00	106.5	5.9	4.5	9.6
	кондитерское изделие	ТТК№-18	Печенье	20	0.00	83.4	1.5	2	14.9
	итого			200	43.03	189.9	7.4	6.5	24.5