

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	5	Бутерброд с ветчиной	50	0.00	130.0	9.0	8.3	10.0
	гор.блюдо	ТТК№-189	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	180	0.00	199.2	5.1	6.5	31.7
	гор.напиток	ТТК№-383	Какао с молоком	200	0.00	97.7	4.1	3.2	13.3
	фрукты	ТТК№-368	Яблоко	150	0.00	47.1	1.0	1.0	12.0
	итого			580	172.12	474.0	19.2	19.0	67.0
Завтрак 2	бутерброд	1	Бутерброд с маслом	30	0.00	100.0	2.0	8.0	8.0
	гор.напиток	430	Чай с конфетами	230	0.00	80.0	2.0	2.0	18.0
	итого			260	43.03	180.0	4.0	10.0	26.0
Обед	закуска	ТТК№-10	Огурец свежий	60	0.00	10.2	0.5	0.2	1.5
	1 блюдо	99	Суп картофельный с фасолью и говядиной	210	0.00	164.0	8.0	7.0	18.0
	2 блюдо	ТТК№-231	Рыба тушеная в томате с овощами	120	0.00	189.5	9.6	10.4	13.7
	гарнир	335	Пюре картофельное	150	0.00	141.0	3.1	5.4	20.3
	напиток	442	Сок яблочный	200	0.00	86.0	1.0	0.2	20.2
	хлебобулочное изделие	к/к	Хлеб ржаной	40	0.00	81.7	2.6	0.4	17.0
	хлебобулочное изделие	к/к	Батон нарезной обогащенный	20	0.00	50.6	1.5	0.6	10.3
	итого			800	301.20	723.0	26.3	24.2	101.0
Полдник	хлебобулочное изделие	ТТК№-465	Булочка ванильная	100	0.00	240.4	6.0	6.0	40.6
	молочный продукт	ТТК№-435	Молоко в инд.упаковке	200	0.00	120.0	6.0	6.4	9.4
	итого			300	129.09	360.4	12.0	12.4	50.0
Ужин	закуска	ТТК№-13	Помидор свежий	60	0.00	9.6	0.4	0.2	1.8
	гор.блюдо	ТТК№-308	Фрикадельки из птицы	90	0.00	143.8	10.2	11.1	9.3
	гарнир	331	Макаронные изделия отварные	150	0.00	190.2	5.5	4.8	31.2
	напиток	ТТК№-413	Кисель	200	0.00	84.9	0.1	0.1	20.9
	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			540	172.12	519.9	19.0	17.0	82.0
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	2.0	14.9
	итого			200	43.03	189.9	7.4	6.5	24.5