

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	гор.блюдо	ТТК№-18	Каша манная жидкая	205	0.00	248	10	12	30
	гор.напиток	267	Чай с молоком и сахаром	200	0.00	60.6	1.9	1.5	10.5
	хлебобулочн	к/к	Батон нарезной обогащенный	40	0.00	101.2	3	1.2	20.6
	фрукты	ТТК№-36	Апельсин	150	0.00	63	1.1	3.3	12.1
	итого			595	172.12	472.8	16	18	73.2
Завтрак 2	бутерброд	1	Бутерброд с маслом и яйцом	50	0.00	124	4.1	10.3	15
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200	0.00	59.7	0.1	0	14.9
	итого			250	43.03	183.7	4.2	10.3	29.9
Обед	закуска	29	Салат "Школьные годы"	60	0.00	46	0.7	3.5	2
	1 блюдо	90	Рассольник домашний с курой и сметаной	215	0.00	130	4.3	5.5	15
	2 блюдо	ТТК№-28	Тефтели (1вар.) с соусом	120	0.00	262.6	12.6	8.2	13.3
	гарнир	351	Рагу овощное (3-й вариант)	200	0.00	180	4.4	9	24
	напиток	394	Компот из свежих плодов	200	0.00	55	0.2	0.2	27.9
	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			835	301.20	765	25	27.2	101
Полдник	хлебобулочн	479	Булочка "Творожная"	100	0.00	300	11	11.8	49
	напиток	442	Сок яблочный	200	0.00	86	1	0.2	20.2
	итого			300	129.90	386	12	12	69.2
Ужин	закуска	48	Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	0.00	60	3.1	6.6	4.4
	гор.блюдо	ТТК№-26	Печень, тушеная в соусе	120	0.00	177.4	9.5	7.5	5.2
	гарнир	323	Каша рисовая рассыпчатая	150	0.00	192.2	3.5	4.4	36.6
	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			570	172.12	605.9	19	19.4	85.9
Ужин 2	кисломолочн	435	Кефир	180	0.00	106.5	5.9	4.5	9.6
	кондитерско	ТТК№-14	Пряники	30	0.00	116.5	3	1.5	22.5
	итого			210	43.03	223	8.9	6	32.1