

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	214	Омлет натуральный	200	0.00	260	15	21	5
	закуска	10	Салат из зеленого горошка консервированного	60	0.00	50	1.8	3.1	3.7
	хлебобулочн	к/к	Батон нарезной обогащенный	40	0.00	101.2	3	1.2	20.6
	гор.напиток	268	Чай с лимоном	200	0.00	45.6	0.2	0	11.7
	фрукты	ТТК№-36	Банан	200	0.00	150	2.5	2	31
	итого			700	192.31	606.8	22.5	27.3	72
Завтрак 2	бутерброд	2	Бутерброд с джемом	30	0.00	60	2	4	15
	гор.напиток	ТТК№-38	Какао с молоком	200	0.00	89.6	3.6	2.9	12.5
	итого			230	48.08	149.6	5.6	6.9	27.5
Обед	закуска	45	Салат картофельный с сельдью	140	0.00	191	8	8	12
	1 блюдо	76	Борщ с капустой и картофелем, мясом и сметаной	280	0.00	202	5	8	37
	2 блюдо	ТТК№-31	Плов из птицы	250	0.00	334.5	14.3	14.9	35.8
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200	0.00	28	0	0	7.5
	хлебобулочн	к/к	Хлеб ржаной	40	0.00	81.7	2.1	0.4	17
	хлебобулочн	к/к	Батон нарезной обогащенный	20	0.00	50.6	1.5	0.6	10.3
	итого			930	336.55	887.8	30.9	31.9	119.6
Полдник	хлебобулочн	ТТК№-46	Булочка ванильная	150	0.00	305	8	8	50.6
	напиток	442	Сок персиковый	200	0.00	89.2	0.6	0	22.3
	итого			350	144.24	394.2	8.6	8	72.9
Ужин	закуска	23	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным	100	0.00	106	0.9	7.6	2.9
	гор.блюдо	242	Макароны с сыром	250	0.00	381	16	17	30
	напиток	430	Чай с конфетами	230	0.00	80	2	2	18
	хлебобулочн	к/к	Хлеб ржаной	40	0.00	81.7	2.1	0.4	17
	хлебобулочн	к/к	Батон нарезной обогащенный	20	0.00	50.6	1.5	0.6	10.3
	итого			640	192.31	699.3	22.5	27.6	78.2
Ужин 2	кисломолочн	435	Кефир	200	0.00	118.3	6.6	5	10.7
	кондитерское	ТТК№-18	Печенье	20	0.00	83.4	1.5	2	14.9
	итого			220	48.08	201.7	8.1	7	25.6