

Школа	ГБОУ школа-интернат №1 Выборгский район Санкт-Петербурга				Отд./корп		Дата	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры
Завтрак	гор.блюдо	184	Каша гречневая молочная вязкая	250	0.00	305.0	15.0	16.0
	гор.напиток	395	Кофейный напиток с молоком	200	0.00	60.0	2.0	1.0
	хлебобулочн	к/к	Батон нарезной обогащенный	40	0.00	101.2	3.0	1.2
	фрукты	ТТК№-365	Апельсин	160	0.00	90.0	2.0	4.0
	итого			650	192.31	556.2	22.0	22.2
Завтрак 2	бутерброд	3	Бутерброд с сыром	40	0.00	120.0	4.3	8.8
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200	0.00	59.7	0.1	0.0
	итого			240	48.08	179.7	4.4	8.8
Обед	закуска	51	Винегрет овощной	100	0.00	62.0	1.0	5.0
	1 блюдо	90	Рассольник домашний с курой и сметаной	280	0.00	158.0	6.0	7.0
	2 блюдо	ТТК№-306	Голубцы ленивые	250	0.00	375.8	18.0	21.5
	напиток	394	Компот из свежих плодов	200	0.00	55.0	0.2	0.2
	хлебобулочн	к/к	Хлеб ржаной	40	0.00	81.7	2.1	0.4
	хлебобулочн	к/к	Батон нарезной обогащенный	40	0.00	101.2	3.0	1.2
	итого			910	336.55	833.7	30.3	35.3
Полдник	хлебобулочн	ТТК№-453	Ватрушка с творогом	150	0.00	334.0	13.0	14.0
	молочный пр	ТТК№-435	Молоко в инд.упаковке	200	0.00	120.0	6.0	6.4
	итого			350	144.24	454.0	19.0	20.4
Ужин	закуска	ТТК№-13	Помидор свежий	100	0.00	16.0	0.6	0.2
	гор.блюдо	239	Биточки рыбные	100	0.00	150.0	10.0	8.4
	гарнир	335	Пюре картофельное	180	0.00	166.0	3.7	6.5
	напиток	401	Компот из изюма	200	0.00	82.5	0.5	0.1
	хлебобулочн	к/к	Хлеб ржаной	40	0.00	82.0	2.6	0.4
	хлебобулочн	к/к	Батон нарезной обогащенный	40	0.00	101.2	3.0	1.2
	итого			660	192.31	597.7	20.4	16.8
Ужин 2	кисломолочн	435	Йогурт	200	0.00	113.0	5.6	5.0
	кондитерское	ТТК№-14	Пряники	30	0.00	116.5	3.0	1.5
	итого			230	48.08	229.5	8.6	6.5

--

Углеводы
40.0
11.0
20.6
13.0
84.6
10.3
14.9
25.2
6.0
17.0
28.6
27.9
17.0
20.6
117.1
40.2
9.4
49.6
3.0
15.0
24.4
20.3
17.1
20.6
100.4
9.0
22.5
31.5