

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	184	Каша гречневая молочная вязкая	250	0.00	305	15	15	40	
	гор.напиток	ТТК№-38	Какао с молоком	200	0.00	92.1	3.5	2.8	13.5	
	хлебобулочное	к/к	Батон нарезной обогащенный	40	0.00	101.2	3	1.2	20.6	
	фрукты	ТТК№-36	Яблоко	150	0.00	47.1	1	1	12	
	итого			640	192.31	545.4	22.5	20	86.1	
Завтрак 2	бутерброд	1	Бутерброд с маслом	40	0.00	100	2.6	8	8	
	гор.напиток	ТТК№-26	Чай с молоком и сахаром	200	0.00	70	2	1.5	12.5	
	итого			240	48.08	170	4.6	9.5	20.5	
Обед	закуска	ТТК№-10	Огурец свежий	100	0.00	17	0.8	0.2	2.5	
			Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, сметаной							
	1 блюдо	84		280	0.00	207	9	14	10	
	2 блюдо	240	Котлеты рыбные	120	0.00	221	10	8	22	
	гарнир	125	Пюре картофельное с морковью	180	0.00	195	4	8	21	
	напиток	394	Компот из свежих плодов	200	0.00	55	0.2	0.2	27.9	
	хлебобулочное	к/к	Хлеб ржаной	40	0.00	40.8	1.3	0.2	8.5	
	хлебобулочное	к/к	Батон нарезной обогащенный	20	0.00	101.2	3	1.2	20.6	
	итого			940	336.55	837	28.3	31.8	112.5	
Полдник	хлебобулочное	ТТК-451	Пирожки печеные с яблоками	150	0.00	319.8	13.5	13.9	34.6	
	напиток	442	Сок абрикосовый	200	0.00	89.2	0.8	0.2	25	
	итого			350	144.24	409	14.3	14.1	59.6	
Ужин	закуска	ТТК№-41	Салат "Витаминный"	100	0.00	78.6	1.2	4	10.1	
	гор.блюдо	259	Гуляш	120	0.00	252	19	18.9	8	
	гарнир	331	Макаронные изделия отварные	180	0.00	202	6.5	6	39	
	напиток	349	Компот из смеси сухофруктов	200	0.00	28	0	0	7.5	
	хлебобулочное	к/к	Хлеб ржаной	20	0.00	40.8	1.3	0.2	8.5	
	хлебобулочное	к/к	Батон нарезной обогащенный	20	0.00	50.6	1.5	0.6	10.3	
	итого			640	192.31	652	29.5	29.7	83.4	
Ужин 2	кисломолочное	435	Йогурт	200	0.00	113	5.6	5	9	
	кондитерское	ТТК№-18	Печенье	20	0.00	83.4	1.5	2	14.9	
	итого			220	48.08	196.4	7.1	7	23.9	