

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		213	Яйца вареные	60	0.00	60.9	2.7	2.7	0.3
	гор.блюдо	190	Каша "Дружба"	250	0.00	266	11	16	34
	хлебобулочн	к/к	Батон нарезной обогащенный	40	0.00	101.2	3	1.2	20.6
	гор.напиток	395	Кофейный напиток с молоком	200	0.00	60	2	1	11
	фрукты	912	Слива	150	0.00	73	2.5	0.3	20.2
	итого			700	192.31	561.1	21.2	21.2	86.1
Завтрак 2	бутерброд	3	Бутерброд с сыром	40	0.00	120	4.4	8.8	10.3
	гор.напиток	ТТК№-43	Чай с сахаром	200	0.00	60	0.2	0	14.9
	итого			240	48.08	180	4.6	8.8	25.2
Обед	закуска	23	Салат из свежих помидоров и огурцов с маслом растительным	10	0.00	106	0.9	7.6	2.9
	1 блюдо	98	Суп картофельный с крупой и рыбой	280	0.00	155	7	5	27
	2 блюдо	ТТК№-29	Запеканка картофельная с мясом	280	0.00	391.2	15.1	18.3	43.6
	напиток	442	Сок персиковый	200	0.00	89.2	0.6	0	22.3
	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			810	336.55	832.8	26.4	31.7	114.6
Полдник	хлебобулочн	ТТК№-45	Ватрушка с джемом	150	0.00	361.2	8.8	8.4	62
	молочный пр	ТТК№-43	Молоко в инд.упаковке	200	0.00	120	6	6.4	9.4
	итого			350	144.24	481.2	14.8	14.8	71.4
Ужин	закуска	30	Салат "Степной" из разных овощей	100	0.00	74.3	1.5	3.6	8
	гор.блюдо	272	Котлета мясная	120	0.00	176	15	19	15
	гарнир	346	Капуста тушеная	180	0.00	111.6	4.6	5.2	11.8
	напиток	401	Компот из изюма	200	0.00	82.5	0.5	0.1	20.3
	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			640	192.31	535.8	24.4	28.7	73.9
Ужин 2	кисломолочн	435	Ряженка	200	0.00	108	5.8	5	8.4
	кондитерское	ТТК№-18	Печенье	20	0.00	83.4	1.5	2	14.9
	итого			220	48.08	191.4	7.3	7	23.3