Школа ГБОУ ЛО "Лужская санаторная школа-интернат" Отд./корп 7-11 лет День 28.12.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		237	8	10	28
	хлеб бел.	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5		142	3	5	21
	гор.напиток	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200		176	5	4	31
	фрукты	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	200		94	1	1	20
Завтрак 2	напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200		86	1	0	20
	хлеб бел.	5	БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ	50/20		196	8	7	26
Обед	закуска	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100		69	1	5	4
	1 блюдо	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПТИЦЕЙ И КЛЕЦКАМИ	250/15/50		221	8	8	28
	2 блюдо	278	ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ	100		347	11	28	14
	гарнир	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150		140	3	6	20
	напиток	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	200		111	0	0	27
	хлеб черн.	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60		122	4	1	25
Полдник	напиток	К/К	ПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200		113	6	5	9
	3 блюдо	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	170		456	26	21	40
	сладкое	к/к	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20		64	1	2	11
Ужин									8
	2 блюдо	265	ПЛОВ	300		599	17	37	49
	гор. напиток	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7		64	0	0	15
	хлеб бел.	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	70/5		221	5	6	36
	хлеб черн.	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35		71	2	0	15