Школа	ГБОУ ЛО "Лужская санаторная школа-интернат"			Отд./корп	7-11 лет			День	9/7/2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		259	8	9	36
	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	9	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	100		78	1	5	7
	1 блюдо	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, ПТИЦЕЙ И ГРЕНКАМИ	250/15/20		267	12	9	35
	2 блюдо	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ ПОД СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	90/50		310	21	23	4
	гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150		142	3	5	21
	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	закуска	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100		85	1	5	8
	2 блюдо	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНОЙ КИПЯЧ.	250/15		513	19	39	20
	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