Школа	ГБОУ ЛО "Лужская санаторная школа-интернат"			Отд./корп	12-18 лет			День	10/1/2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак		213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40		63.0	5.1	4.6	0.3
		К/К	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	40		131.2	2.9	3.4	22.2
	гор.блюдо	355	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ИЗ ТВОРОГА	250		507.2	34.4	19.9	46.1
	хлеб	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/10		336.8	7.6	11.1	51.5
		434	МОЛОКО	200		104.8	5.6	6.2	9.3
	гор.напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200		60.5	0.2	0.0	15.0
			СУХОФРУКТЫ	90		432.0	9.0	22.5	48.6
	фрукт	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	200		94.0	0.8	0.8	19.6
	напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200		86.0	1.0	0.2	20.2
		3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И ВЕТЧИНОЙ	50/25/25		300.8	14.9	15.3	25.7
Обед	закуска	17	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100		24.0	1.1	0.2	3.8
		73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	20		74.0	2.2	0.2	15.8
	1 блюдо	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	300/25		274.8	8.5	16.3	23.2
	2 блюдо	38	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	300		468.9	17.6	37.9	13.6
	напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200		86.0	1.0	0.2	20.2
	хлеб	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70		142.8	4.6	0.6	29.7
Полдник	напиток	К/К	ПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ	290		163.9	8.1	7.3	13.1
	блюдо	к/к	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	60		250.2	4.5	5.9	44.6
			ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	200		94.0	0.8	0.8	19.6
Ужин	закуска	К/К	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100		14.0	0.8	0.1	2.5
	1 блюдо	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	110		289.7	12.2	26.6	0.4
	гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		171.4	3.8	6.0	25.6
	напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200		60.5	0.2	0.0	15.0
	хлеб	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/10		336.8	7.6	11.1	51.5
	хлеб	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70		142.8	4.6	0.6	29.7