Школа	ГБОУ ЛО "Лужская санаторная школа-интернат"	Отд./корп	7-11 лет	День	10/3/2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		268.0	8.4	9.5	36.9
	хлеб бел.	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5		142.2	3.0	5.3	20.6
	гор.напиток	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200		176.2	4.7	3.8	30.7
	фрукты	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	200		192.0	3.0	1.0	42.0
Завтрак 2	напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200		86.0	1.0	0.2	20.2
	хлеб бел.	5	БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ	50/20		196.0	8.2	6.8	25.7
Обед	закуска	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-Й ВАРИАНТ)	100		93.0	1.0	5.0	11.0
	1 блюдо	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25		106.3	2.4	2.8	17.6
	2 блюдо	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90		294.1	14.2	20.5	13.3
	гарнир	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150		140.4	2.9	5.5	19.6
	напиток	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200		78.0	0.0	0.0	19.4
	хлеб черн.	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60		122.4	4.0	0.5	25.4
Полдник	напиток	К/К	ПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200		113.0	5.6	5.0	9.0
	3 блюдо	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170		419.4	30.6	19.9	27.8
	сладкое	к/к	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20		63.6	1.4	1.6	10.8
Ужин	закуска	17	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100		24.0	1.1	0.2	3.8
	2 блюдо	298	СУФЛЕ ИЗ СВИНИНЫ	100		462.1	18.4	41.9	2.8
	гарнир	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	150		247.0	7.9	7.9	36.0
	гор.напиток	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7		63.5	0.4	0.0	15.3
	хлеб бел.	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	70/5		220.8	5.3	6.1	36.0
	хлеб черн.	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35		71.4	2.3	0.3	14.8