Школа	ГБОУ ЛО "Лужская санаторная школа-интернат"	Отд./корп	12-18 лет	День	12.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	220		258	8	11	31
	хлеб бел.	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	70/5		221	5	6	36
	гор.напиток	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200		178	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	50/25		212	9	8	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	300/25/50		274	12	11	32
	2 блюдо	278	ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ	130		453	15	35	20
	гарнир	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	160		150	3	6	21
	напиток	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	200		111	0	0	27
	хлеб черн.	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70		143	5	1	30
Полдник	напиток	К/К	ПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ	290		164	8	7	13
	3 блюдо	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	180		483	28	22	43
	сладкое	к/к	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20		64	1	2	11
Ужин									
	2 блюдо	265	ПЛОВ	250		500	14	31	41
	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	70		143	5	1	30