Школа: ГБОУ ЛО "Лужская санаторная школа-интернат" | Отд./корп: 7-11 лет | День: 15.10.2023

| 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 |
| | хлеб | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 40/5 | | 142,2 | 3,0 | 5,3 | 20,6 |
| | гор.блюдо | 355 | ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ИЗ ТВОРОГА | 150 | | 304,3 | 20,7 | 11,9 | 27,7 |
| | гор.напиток | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | 60,5 | 0,2 | 0,0 | 15,0 |
| | | 434 | МОЛОКО | 200 | | 104,8 | 5,6 | 6,2 | 9,3 |
| | | К/К | СУХОФРУКТЫ | 50 | | 240,0 | 5,0 | 12,5 | 27,0 |
| | 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 | 50/20/20 | | 266,9 | 12,7 | 12,5 | 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 | 250/25 | | 252,0 | 7,9 | 15,8 | 19,3 |
| | 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 | 60 | | 122,4 | 4,0 | 0,5 | 25,4 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | напиток | К/К | ПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ | 290 | | 163,9 | 8,1 | 7,3 | 13,1 |
| | блюдо | к/к | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ | 25 | | 104,3 | 1,9 | 2,5 | 18,6 |
| | | | 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 | | 290,8 | 12,3 | 26,7 | 0,4 |
| | гарнир | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | | 142,4 | 3,2 | 4,9 | 21,4 |
| | напиток | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | | 60,5 | 0,2 | 0,0 | 15,0 |
| | хлеб | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 70/5 | | 220,8 | 5,3 | 6,1 | 36,0 |
| | хлеб | К/К | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 35 | | 71,4 | 2,3 | 0,3 | 14,8 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | |