Школа: ГБОУ ЛО "Лужская санаторная школа-интернат" | Отд./корп: 7-11 лет | День: 26.10.2023

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 189 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | | 237 | 8 | 10 | 28 |
| | 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 | 25 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ | 100 | | 69 | 1 | 5 | 4 |
| | 1 блюдо | 97 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПТИЦЕЙ И КЛЕЦКАМИ | 250/15/50 | | 221 | 8 | 8 | 28 |
| | 2 блюдо | 278 | ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ | 100 | | 347 | 11 | 28 | 14 |
| | гарнир | 125 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | 150 | | 140 | 3 | 6 | 20 |
| | 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 | | | | | | | | | 8 |
| | 2 блюдо | 265 | ПЛОВ | 300 | | 599 | 17 | 37 | 49 |
| | 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 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |