Школа	ГБОУ ЛО "Лужская санаторная школа-интернат"	Отд./корп	7-11 лет	День	21.01.2024

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