Школа: ГБОУ ЛО "Лужская санаторная школа-интернат" | Отд./корп: 12-18 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
	гор.блюдо	355	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ИЗ ТВОРОГА	250		507,2	34,4	19,9	46,1
	хлеб	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/10		336,8	7,6	11,1	51,5
		434	МОЛОКО	200		104,8	5,6	6,2	9,3
	гор.напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200		60,5	0,2	0,0	15,0
			СУХОФРУКТЫ	90		432,0	9,0	22,5	48,6
	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	50/25/25		300,8	14,9	15,3	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	300/25		274,8	8,5	16,3	23,2
	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	70		142,8	4,6	0,6	29,7
Полдник	напиток	К/К	ПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ	290		163,9	8,1	7,3	13,1
	блюдо	к/к	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	60		250,2	4,5	5,9	44,6
			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		289,7	12,2	26,6	0,4
	гарнир	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180		171,4	3,8	6,0	25,6
	напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200		60,5	0,2	0,0	15,0
	хлеб	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/10		336,8	7,6	11,1	51,5
	хлеб	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70		142,8	4,6	0,6	29,7