Школа	ГБОУ ЛО "Лужская санаторная школа-интернат"	Отд./корп	7-11 лет	День	19.03.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		268,0	8,4	9,5	36,9
	хлеб бел.	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5		142,2	3,0	5,3	20,6
	гор.напиток	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200		176,2	4,7	3,8	30,7
	фрукты	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	200		192,0	3,0	1,0	42,0
Завтрак 2	напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200		86,0	1,0	0,2	20,2
	хлеб бел.	5	БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ	50/20		196,0	8,2	6,8	25,7
Обед	закуска	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100		85,5	1,6	5,0	7,7
	1 блюдо	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25		106,3	2,4	2,8	17,6
	2 блюдо	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90		294,1	14,2	20,5	13,3
	гарнир	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150		140,4	2,9	5,5	19,6
	напиток	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200		78,0	0,0	0,0	19,4
	хлеб черн.	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60		122,4	4,0	0,5	25,4
Полдник	напиток	К/К	ПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200		113,0	5,6	5,0	9,0
	3 блюдо	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170		419,4	30,6	19,9	27,8
	сладкое	к/к	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20		63,6	1,4	1,6	10,8
Ужин	закуска	17	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100		24,0	1,1	0,2	3,8
	2 блюдо	298	СУФЛЕ ИЗ СВИНИНЫ	100		462,1	18,4	41,9	2,8
	гарнир	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	150		247,0	7,9	7,9	36,0
	гор.напиток	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7		63,5	0,4	0,0	15,3
	хлеб бел.	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	70/5		220,8	5,3	6,1	36,0
	хлеб черн.	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35		71,4	2,3	0,3	14,8