Школа	ГБОУ ЛО "Лужская санаторная школа-интернат"	Отд./корп	12-18 лет				День	10/1/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	гор.блюдо	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	220		293	9	11	41
	хлеб бел.	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	70/5		221	5	6	36
	гор.напиток	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200		178	5	4	31
	фрукты	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	200		192	3	1	42
Завтрак 2	напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200		86	1	0	20
	хлеб бел.	5	БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ	50/25		212	9	8	26
Обед	закуска	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100		85.5	1.6	5.0	7.7
	1 блюдо	97	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	300/25		116	1	5	19
	2 блюдо	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	125		425	20	29	20
	гарнир	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	160		150	3	6	21
	напиток	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200		78	0	0	19
	хлеб черн.	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70		143	5	1	30
Полдник	напиток	К/К	ПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ	290		164	8	7	13
	3 блюдо	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180		446	32	21	29
	сладкое	к/к	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20		64	1	2	11
Ужин	закуска	17	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100		24	1	0	4
	2 блюдо	298	СУФЛЕ ИЗ СВИНИНЫ	120		553	22	50	3
	гарнир	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	150		247	8	8	36
	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	70		143	5	1	30