Школа ГБОУ ЛО "Лужская санаторная школа-интернат" Отд./корп 7-11 лет День 12/1/2024

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