Школа ГБОУ ЛО "Лужская санаторная школа-интернат" Отд./корп

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г
Завтрак	3 блюдо	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40
	гор.блюдо	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	220
	гор.напиток	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	75
	хлеб	294	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200
Завтрак 2	напиток	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200
	хлеб бел.	3	ГОРЯЧИЙ БУТЕРБРОД С СЫРОМ	75
Обед	закуска	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	100
	1 блюдо	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	335
	2 блюдо	38	КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ"	120
	гарнир	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160
	напиток	241	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200
	хлеб черн.	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70
Полдник	напиток	К/К	ПРОДУКТ КИСЛОМОЛОЧНЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ	290
	сладкое	к/к	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	50
	фрукты	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ/БАНАН СВЕЖИЙ	150
Ужин	закуска	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	70
	гор.блюдо	257	МЯСО ТУШЕНОЕ	120
	гарнир	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180
	напиток	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200
	хлеб бел.	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	75
	хлеб черн.	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70
Ужин 2				

12-18 лет

Дата 10.01.2025

Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	63.00	5.1	4.60	0.30
	251.15	7.51	9.60	33.62
	278.20	6.68	6.69	47.78
	145.92	4.75	3.64	23.30
	86.00	1	0.20	20.20
	244.80	9.39	7.75	34.10
	66.79	1.06	5.13	3.62
	214.21	9.14	12.22	15.50
	399.63	15.32	33.66	8.76
	192.78	2.52	11.99	18.39
	107.56	1.11	0.06	25.40
	216.30	6.72	1.19	44.73
	163.88	8.12	7.25	13.08
	208.50	3.75	4.90	37.20
	56.96	1.2	0.30	11.24
	102.87	8.72	7.26	0.54
	461.09	16.66	42.43	3.06
	242.08	6.54	5.38	41.76
	61.18	0.25	0.00	15.05
	278.20	6.68	6.69	47.78
	216.30	6.72	1.19	44.73