

Школа

СОГБУ "Шаталовский детский дом"

Отд./корп

День

02.10.2021г

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | калорийнос | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--------|------------------------------|----------|-------|------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 14 | каша ячневая жидкая молочная | 200 /10 | 10,50 | 270,80 | 9 | 8 | 27 |
| | | 80 | шоколад | 20 | 14,00 | 127,50 | 3 | 6 | 16 |
| | | 111 | кофейный напиток | 200 | 6,59 | 118,00 | 1 | 2 | 22 |
| | хлеб | 82 | батон | 85 | 3,14 | 222,70 | 6 | 3 | 44 |
| | | 84 | масло сливочное | 10 | 4,29 | 66,00 | 0 | 7 | 0 |
| Завтрак 2 | фрукты | 235 | груша | 300 | 43,50 | 85,50 | 1 | 1 | 22 |
| Обед | закуска | 186 | помидоры свежие | 100 | 9,50 | 24,00 | 1 | 0 | 0 |
| | 1 блюдо | 6 | суп рыбный с крупой | 250 | 10,06 | 143,80 | 13 | 11 | 10 |
| | 2 блюда | 65 | ленивые голубцы | 230 | 49,56 | 357,60 | 22 | 20 | 21 |
| | | 75 | компот из с/ф | 200 | 2,83 | 133,00 | 1 | 0 | 32 |
| | хлеб | 81 | хлеб ржаной | 100 | 1,92 | 198,00 | 7 | 1 | 31 |
| | Полдник | | 112 | сок | 200 | 6,23 | 92,00 | 1 | 0 |
| кондитерн | | 109 | вафли | 35 | 3,02 | 108,00 | 0 | 0 | 18 |
| | | | | | | | | | |
| Ужин | гор.блюдо | 93 | сырники со сгущеном молоком | 180/ 30 | 42,68 | 399,60 | 29 | 19 | 28 |
| | | 83 | колбаса отварная | 83 | 24,78 | 176,40 | 7 | 15 | 3 |
| | закуска | 149 | салат картофельный | 100 | 11,17 | 88,60 | 1 | 3 | 9 |
| | хлеб | 82 | батон | 85 | 3,14 | 222,70 | 6 | 3 | 44 |
| | | 84 | масло сливочное | 10 | 4,30 | 66,20 | 0 | 7 | 44 |
| | | 112 | чай | 200 | 1,15 | 73,00 | 0 | 0 | 0 |
| Ужин 2 | | | кефир | 207 | 13,21 | 118,00 | 6 | 7 | 15 |
| | хлеб | | батон | 30 | 1,16 | 78,60 | 2 | 1 | 10 |

Директор



Г.А. Соколова