

Школа

СОГБУ "Шаталовский детский дом"

Отд./корп

День

23.11.2021г

| Прием пищи | Раздел    | № рец. | Блюдо  | Выход, г | Цена  | калорийнос | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--------|--|----------|-------|------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо | 101    | запеканка творожная с изюмом, сгущенное молоко | 180 \ 30 | 48,42 | 342,90     | 25    | 17   | 21       |
|            |           | 40     | яйцо   | 40       | 6,72  | 62,00      | 5     | 4    | 0        |
|            |           | 111    | кофейный напиток                               | 200      | 6,59  | 116,00     | 3     | 2    | 20       |
|            | 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    | 154    | яблоко   | 200      | 15,60 | 85,50      | 1     | 1    | 29       |
|            |           | 112    | сок  | 200      | 6,23  | 92,00      | 1     | 0    | 20       |
|            |           | 96     | конфеты  | 35       | 11,35 | 84,00      | 2     | 1    | 24       |
| Обед       | закуска   |        |  |          |       |            |       |      |          |
|            | 1 блюдо   | 5      | рассольник со сметаной на м/б                  | 250 \ 5  | 8,01  | 143,40     | 3     | 6    | 14       |
|            | 2 блюда   | 20     | тефтели в соусе                                | 100 \ 50 | 34,86 | 284,30     | 22    | 17   | 15       |
|            |           | 68     | рагу овощное                                   | 200      | 9,10  | 270,00     | 3     | 18   | 16       |
|            |           | 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    | чай  | 200      | 1,15  | 118,00     | 0     | 0    | 0        |
|            | выпечка   | 105    | пирожок с яблоком                              | 75       | 8,65  | 221,10     | 5     | 6    | 44       |
|            |           |        |  |          |       |            |       |      |          |
| Ужин       | гор.блюдо | 95     | птица в соусе                                  | 75 \ 50  | 24,69 | 268,60     | 19    | 22   | 4        |
|            | закуска   | 64     | картофельное пюре                              | 200      | 13,10 | 212,00     | 6     | 4    | 37       |
|            |           | 107    | салат из свеклы                                | 100      | 6,48  | 89,00      | 2     | 4    | 3        |
|            | хлеб      | 82     | батон  | 85       | 3,14  | 222,70     | 6     | 3    | 44       |
|            |           | 84     | масло сливочное                                | 10       | 4,30  | 66,20      | 0     | 7    | 44       |
|            |           | 112    | чай с молоком                                  | 200      | 4,45  | 103,60     | 4     | 3    | 150      |
| Ужин 2     |           | 115    | кефир  | 207      | 13,21 | 118,00     | 6     | 7    | 15       |
|            | хлеб      | 82     | батон  | 30       | 1,16  | 78,60      | 2     | 1    | 10       |

Директор



Г.А. Соколова