

Школа СОГБУ "Шаталовский детский дом" Отд./корп

День 28.01.2022г

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | калорийнос | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|--------|--------------------------------------|----------|-------|------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 18 | кашка геркулесовая молочная с маслом | 200 /10 | 1,50 | 249,00 | 7 | 8 | 28 |
| | | 80 | омлет | 22 | 9,30 | 68,00 | 5 | 5 | 0 |
| | | 113 | какао с молоком | 200 | 5,55 | 118,00 | 4 | 3 | 16 |
| | хлеб | 82 | батон нарезной | 85 | 3,14 | 222,70 | 6 | 3 | 44 |
| | | 84 | масло сливочное | 10 | 4,29 | 66,00 | 0 | 7 | 0 |
| Завтрак 2 | фрукты | 235 | груша | 180 | 13,97 | 148,00 | 4 | 2 | 58 |
| | | 150 | сок | 200 | 6,32 | 76,00 | 1 | 0 | 20 |
| | | 201 | печенье | 30 | 13,00 | 106,00 | 1 | 1 | 23 |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 8 | суп с клецками на к/б | 250 | 6,29 | 160,00 | 4 | 6 | 12 |
| | | 89 | птица отварная | 200 | 28,98 | 247,50 | 16 | 11 | 27 |
| | | 75 | макароны отварные с маслом | 155 | 2,83 | 133,00 | 1 | 0 | 32 |
| | хлеб | 81 | хлеб ржаной | 100 | 1,92 | 198,00 | 7 | 1 | 31 |
| | | 75 | компот из с/ф | 200 | 2,83 | 133,00 | 1 | 0 | 32 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Полдник | | 112 | чай | 200 | 1,15 | 73,00 | 0 | 5 | 15 |
| | выпечка | 109 | пирожок с курагой | 75 | 8,61 | 208,00 | 3 | 2 | 14 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин | гор.блюдо | 139 | котлета рыбная | 120 | 25,94 | 113,80 | 14 | 3 | 11 |
| | | 67 | картофельное пюре | 200 | 13,37 | 154,20 | 5 | 6 | 23 |
| | закуска | 132 | салат из свеклы | 100 | 7,95 | 88,60 | 3 | 5 | 1 |
| | хлеб | 82 | батон нарезной | 85 | 3,14 | 222,70 | 6 | 3 | 44 |
| | | 84 | 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 нарезной | 30 | 1,16 | 78,60 | 2 | 1 | 10 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

Директор

Г.А. Соколова

