

Школа

СОГБУ "Шаталовский детский дом"

Отд./корп

День

04.05.2022г

| Прием пищ | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | калорийнос | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------|------------|--------|---|----------|-------|------------|--------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 13 | каша пшениная молочная | 210 | 11,97 | 299,50 | 7 | 8 | 36 |
| | | 80 | сыр | 22 | 9,30 | 92,70 | 3 | 4 | 9 |
| | | 113 | какао с молоком | 200 | 5,55 | 118,00 | 5 | 4 | 18 |
| | хлеб | 82 | батон нарезной | 85 | 3,14 | 222,70 | 6 | 2 | 37 |
| | | 84 | масло сливочное | 10 | 4,29 | 66,00 | 0 | 7 | 0 |
| Завтрак 2 | фрукты | 154 | груша | 300 | 28,20 | 118,00 | 1 | 1 | 34 |
| | | 150 | сок | 200 | 6,32 | 84,40 | 1 | 0 | 20 |
| | | 201 | печенье | 42 | 6,70 | 106,00 | 1 | 1 | 23 |
| Обед | закуска | 187 | помидор свежей | 55 | 3,47 | 10,00 | 2 | 1 | 2 |
| | | 15 | суп картофельный с фасолью на м/б | 250 | 15,54 | 152,30 | 6 | 6 | 17 |
| | 1 блюдо | 26 | картофель тушеный с мясом | 200 | 49,28 | 342,00 | 19 | 18 | 19 |
| | | 75 | компот из с/ф | 200 | 2,83 | 133,00 | 1 | 0 | 39 |
| | | 81 | хлеб ржаной | 100 | 1,92 | 198,00 | 7 | 1 | 31 |
| | Полдник | | 112 | чай | 200 | 1,15 | 73,00 | 0 | 0 |
| выпечка | | 106 | булочка с изюмом | 75 | 6,63 | 236,00 | 4 | 4 | 43 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Ужин | гор. Блюдо | 174 | рыба тушенная с овощами | 120 | 65,71 | 133,40 | 19 | 5 | 6 |
| | | 78 | рис отварной | 150 | 9,30 | 222,60 | 4 | 6 | 30 |
| | салат | 139 | салат из свежих огурцов | 100 | 3,05 | 108,00 | 6 | 3 | 6 |
| | | 112 | чай | 200 | 1,15 | 73,00 | 0 | 0 | 15 |
| | Ужин 2 | | | кефир | 207 | 13,21 | 118,00 | 6 | 7 |
| хлеб | | | батон | 30 | 1,16 | 78,60 | 2 | 1 | 16 |
| | | | | | | | | | |

Директор



Г.А. Соколова