

Школа

СОГБУ "Шаталовский детский дом"

Отд./корп

День

27.01.2023г

| Прием пищи | Раздел    | № рец.  | Блюдо                                | Выход, г              | Цена  | калорийнос | Белки  | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|---------|--------------------------------------|-----------------------|-------|------------|--------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо | 18      | какша геркулесовая молочная с маслом | 200 /10               | 1,50  | 249,00     | 7      | 8    | 28       |
|            |           | 80      | омлет                                | 106                   | 11,30 | 176,00     | 5      | 5    | 96       |
|            |           | 113     | кофейный напиток                     | 200                   | 5,55  | 118,00     | 4      | 3    | 16       |
|            | хлеб      | 82      | батон нарезной                       | 85                    | 3,14  | 222,70     | 6      | 3    | 44       |
|            |           | 84      | сливочное                            | 10                    | 4,29  | 66,00      | 0      | 7    | 0        |
| Завтрак 2  | фрукты    | 235     | мандарины                            | 324                   | 13,97 | 148,00     | 4      | 2    | 58       |
|            |           | 201     | конфета гулливер                     | 30                    | 13,00 | 106,00     | 1      | 1    | 23       |
| Обед       | закуска   |         | салат из свежих огурцов              | 100                   | 8,50  | 43,70      | 0      | 3    | 1        |
|            |           | 1 блюдо | 8                                    | суп с клецками на к/б | 250   | 6,29       | 160,00 | 4    | 6        |
|            | 2 блюда   | 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     | сок                                  | 200                   | 6,30  | 84,40      | 0      | 5    | 20       |
|            | выпечка   |         | пирожок с повидлом                   | 100                   | 10,36 | 194,00     | 3      | 2    | 41       |
|            |           |         |                                      |                       |       |            |        |      |          |
| 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        |
|            | 84        |         | сливочное                            | 10                    | 4,30  | 66,20      | 0      | 7    | 44       |
|            |           | 112     | чай                                  | 200                   | 1,15  | 73,00      | 0      | 0    | 0        |
| Ужин 2     |           |         | ряженка                              | 200                   | 4,30  | 120,00     | 6      | 7    | 15       |
|            | хлеб      |         | батон нарезной                       | 30                    | 1,16  | 70,60      | 2      | 1    | 10       |
|            |           |         |                                      |                       |       |            |        |      |          |
|            |           |         |                                      |                       |       |            |        |      |          |

Директор



Г.А. Соколова