

Школа

СОГБУ "Шаталовский детский дом"

Отд./корп

День

08.02.2023г

| Прием пищ | Раздел     | № рец. | Блюдо                           | Выход, г | Цена  | калорийнос | Белки | Жиры | Углеводы |
|-----------|------------|--------|---------------------------------|----------|-------|------------|-------|------|----------|
| Завтрак   | гор.блюдо  | 13     | каша пшенная<br>молочная        | 210      | 11,97 | 299,50     | 7     | 8    | 36       |
|           |            | 80     | сыр                             | 22       | 9,30  | 92,70      | 3     | 4    | 9        |
|           |            | 113    | какао с<br>молоком              | 200      | 5,55  | 118,00     | 5     | 4    | 18       |
|           | хлеб       | 82     | батон нарезной                  | 85       | 3,14  | 222,70     | 6     | 2    | 37       |
|           |            | 84     | масло<br>сливочное              | 10       | 4,29  | 66,00      | 0     | 7    | 0        |
| Завтрак 2 | фрукты     | 154    | банан                           | 230      | 28,20 | 118,00     | 1     | 1    | 34       |
|           |            | 150    |                                 |          |       |            |       |      |          |
|           |            | 201    | печенье                         | 42       | 6,70  | 106,00     | 1     | 1    | 23       |
| Обед      | закуска    | 187    | помидор<br>свежий               | 55       | 3,47  | 10,00      | 2     | 1    | 2        |
|           |            | 15     | суп гороховый                   | 250      | 15,54 | 152,30     | 6     | 6    | 17       |
|           | 2 блюдо    | 26     | картофель<br>тушеный с<br>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    | сок                             | 200      | 1,15  | 73,00      | 0     | 0    | 15       |
|           | выпечка    | 106    | булочка с<br>изюмом             | 75       | 6,63  | 236,00     | 4     | 4    | 43       |
|           |            | 210    | груша                           | 140      | 22,20 | 118,00     | 1     | 1    | 34       |
|           |            |        |                                 |          |       |            |       |      |          |
| Ужин      | гор. Блюдо | 174    | рыба тушенная<br>с овощами      | 120      | 65,71 | 133,40     | 19    | 5    | 6        |
|           |            | 78     | рис отварной                    | 150      | 9,30  | 222,60     | 4     | 6    | 30       |
|           | салат      | 139    | огурец свежий                   | 100      | 3,05  | 20,00      | 6     | 3    | 6        |
|           |            |        | батон                           | 85       | 3,14  | 222,70     | 6     | 3    | 44       |
|           |            |        | масло<br>сливочное              | 10       | 4,29  | 66,00      | 0     | 7    | 0        |
|           |            | 112    | чай                             | 200      | 1,15  | 73,00      | 0     | 0    | 15       |
| Ужин 2    |            |        | кефир                           | 207      | 13,21 | 118,00     | 6     | 7    | 10       |
|           | хлеб       |        | батон                           | 30       | 1,16  | 78,60      | 2     | 1    | 16       |
|           |            |        |                                 |          |       |            |       |      |          |
|           |            |        |                                 |          |       |            |       |      |          |

Директор

Г.А. Соколова

