

Школа

СОГБУ "Шаталовский детский дом"

Отд./корп

День

22.04.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	85	вареники ленивые	216	34,60	364,00	24	13	37	
		80	шоколад	35	14,00	127,50	3	6	16	
	хлеб	111	кофейный напиток	200	6,59	118,00	1	2	22	
		82	батон	85	3,14	222,70	6	3	44	
		84	масло сливочное	10	4,29	66,00	0	7	0	
Завтрак 2	фрукты	235	яблоко	210	23,50	35,00	1	1	25	
Обед	закуска	174	салат из свежих помидор	100	7,49	69,90	1	4	5	
	1 блюдо	9	суп картофельный с вермшелью на м/б	250	6,74	114,30	2	6	9	
	2 блюда	25	ленивые голубцы	260	49,27	341,70	19	17	29	
		75	компот из с/ф	200	2,83	133,00	1	0	32	
	хлеб	81	хлеб ржаной	100	1,92	198,00	7	1	39	
	Полдник		112	сок	200	6,23	92,00	1	0	20
		кондитерск	109	ватрушка с повидлом	100	23,00	208,00	0	0	56
Ужин			гор.блюдо	93	фрикадельки в соусе	125	28,25	356,10	29	19
Ужин		83	картофель отварной с луком	200	10,26	223,00	4	9	27	
	закуска	135	огурец свежий	100	6,48	20,50	2	5	9	
	хлеб	82	батон	85	3,14	222,70	6	3	44	
		84	масло сливочное	10	4,30	66,20	0	7	44	
		112	чай	200	1,15	73,00	0	0	15	
Ужин 2		115	Йогурт	190	54,30	134,00	6	6	12	
	хлеб		батон	30	1,16	70,60	2	1	10	



Г.А. Соколова