

школа

СОГБУ "Шаталовский детский дом"

Отд./корп

День

03.09.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	калорийнос	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	15	каша ячневая молочная	200 /10	10,77	276,50	8	11	36	
		232	Сыр	22	9,30	92,00	7	7	20	
	хлеб	112	какао с молоком	200	5,55	118,00	1	2	22	
		82	батон	85	9,71	222,70	6	3	44	
		84	масло сливочное	10	4,29	66,00	0	7	0	
		235	Яблоко	200	15,60	94,20	1	1	22	
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска	186	Помидор свежий	100	5,78	24,10	2	8	8	
	1 блюдо	6	щи из свежий капусты со сметаной	250	16,41	113,80	2	5	9	
		65	картофельное пюре	200	13,10	188,20	4	6	29	
	2 блюда	31	гуляш из отварного мяса	125	48,37	275,60	18	20	5	
		75	компот из с/ф	200	2,83	133,00	1	0	32	
	хлеб	81	хлеб ржаной	100	1,92	198,00	7	1	31	
	Полдник		112	сок	250	12,32	92,00	1	0	20
		кондитерн	109	вафли	40	3,02	108,00	0	0	18
			111	Конфета шоколадная	50	16,30	154,00	1	2	42
Ужин	гор.блюдо	84	колбаса отварная	102	41,70	259,00	11	10	1	
		60	макароны отварные с маслом	155	7,04	212,10	6	4	37	
		150	капуста тушенная	150	6,15	133,20	4	5	15	
	закуска	82	батон	85	3,14	222,70	6	3	44	
	хлеб	84	масло сливочное	10	4,30	66,20	0	7	44	
		112	чай	200	1,15	73,00	0	0	0	
	Ужин 2			йогурт	250	44,30	134,00	6	6	12
хлеб			батон	30	1,16	70,60	2	1	10	

Директор

Г.А. Соколова

