

Школа **ОБОУ "Суджанская школа-интернат"** Отд./корп **7-11 лет** Дата **13.01.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	586	омлет натуральный	150	47,20	203	10,6	17	2,1
	гор.напиток	1167	чай с сахаром	200	1,91	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		ржаной	30	1,85	49,6	2	0,4	10,3
	фрукты								
			698	сосиска отварная	70	25,49	213	8,8	19,2
Завтрак 2	фрукты								
		1260	оладьи	120	14,78	297,6	7,2	11,9	39,2
		1190	молоко кипяченое	200	19,80	123	5,9	6,8	9,9
Обед	закуска	133	винегрет овощной	60	6,70	52,2	1,3	2,3	6,5
	1 блюдо	304	рассольник ленинградский со сметаной	250/10	10,71	101,3	2,2	3,5	15
	2 блюдо	768	гуляш из свинины	80	19,7	135	13,9	6,7	4,5
	гарнир	888	каша гречневая рассыпчатая	150	8,34	250,3	8,9	6,4	40
	напиток	1081	компот из смеси сухофруктов	200	4,08	103,2	0,6	0	25,2
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	80	7,21	170,9	6,1	0,7	37,4
	хлеб черн.		хлеб ржаной	50	3,08	71	2,8	0,5	14,6
		42	сыр твердый	10	4,52	37	2,3	3	0
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо	862	котлета из кур	80	25,75	161	13,1	7,5	10,3
	гарнир	891	рис отварной	150	12,14	195	3,4	4,2	36
	напиток	1167	чай с сахаром	200	1,91	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		хлеб пшеничный	80	7,21	170,9	6,1	0,7	37,4
		41	масло сливочное	10	8,92	75	0,1	8,2	0,1
Ужин 2	кисломол.								
	булочное		вафли	30	15,31	96	1	0,8	22,7
	напиток	1184	сок фруктовый	200	19,5	94	1	0	23,4
	фрукты		банан	200	32,34	88	0,8	0,8	19,6

Директор школы-интерната



Н.А. пилипенко

Школа

ОБОУ "Суджанская школа-интернат"

Отд./корп

12-18лет

День 3 13.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	586	омлет натуральный	200	56,60	270	14	22,6	2,8
	гор.напиток	1167	чай с сахаром	200	1,91	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		ржаной	50	3,08	70,8	2,8	0,5	14,6
	фрукты								
		698	сосиска отварная	70	25,49	213	8,8	19,2	1,3
Завтрак 2	фрукты								
		1260	оладьи	120	14,78	298	7,2	11,9	39
		1190	молоко кипяченое	200	19,80	123	5,9	6,8	9,9
Обед	закуска	133	винегрет овощной	100	11,17	69,5	1,6	3	8,6
	1 блюдо	304	рассольник ленинградский со	300/10	12,85	121,6	2,5	4,2	18
	2 блюдо	768	гуляш из свинины	100	24,63	135	13,9	6,7	4,5
	гарнир	888	каша гречневая рассыпчатая	180	10,01	273	9,5	6,9	43,2
	напиток	1081	компот из смеси сухофруктов	200	4,08	103,2	0,6	0	25,2
	хлеб бел.		хлеб пшеничный	100	9,01	213,6	7,6	0,9	46,7
	хлеб черн.		хлеб ржаной	70	4,31	99,2	3,9	0,7	20,5
		42	сыр твердый	10	4,52	37	2,3	3	0
Ужин	гор. блюдо	862	котлета из кур	100	28,8	201,6	16,4	9,4	12,8
	гарнир	891	рис отварной	180	14,57	234,5	4,1	5	43,2
	напиток	1167	чай с сахаром	200	1,91	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		хлеб пшеничный	100	9,01	213,6	7,6	0,9	46,7
		41	масло сливочное	10	8,92	75	0,1	8,2	0,1
Ужин 2	кисломол.								
	булочное		вафли	30	15,31	96	1	0,8	22,7
	напиток	1184	сок фруктовый	200	19,5	94	1	0	23,4
	фрукты		банан	200	32,34	88	0,8	0,8	19,6

Директор школы-интерната

Н.А. Пилипенко

