

Школа	ОБОУ "Суджанская школа-интернат"			Отд./корп	7-11лет			День 5	15.01.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	520	каша рисовая молочная	205	15,34	185	2,4	6,4	25
	гор.напиток	1167	чай с сахаром	200	2,18	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		хлеб пшеничный	80	7,21	170,9	6,1	0,7	37,4
	фрукты								
		42	сыр твердый	10	7,46	37	2,3	3	0
		41	масло сливочное	10	8,47	75	0,1	8,2	0,1
		1191	йогурт	100	20,00	87	5	3,2	8,5
Завтрак 2	фрукты								
			кефир	200	19,82	106	5,8	5	8
		ТТК№3	пирожок с яблоками	100	15,79	248	5,7	5,1	44,7
Обед	закуска	102	салат из свеклы и яблок с м\р	60	6,50	40	0,8	1,6	5,6
	1 блюдо	319	суп картофельный с горохом	250	10,06	142,2	5,6	4,9	18,5
	2 блюдо	760	мясо тушеное	80	31,3	131,4	15,3	6,1	3,7
	гарнир	897	макаронные изделия	150	6,57	208	5	7,5	30,1
	напиток	1081	компот из смеси сухофруктов	200	6,83	103,2	0,6	0	25,2
	хлеб белый								
	хлеб черн.		хлеб ржаной	50	3,08	71	2,8	0,5	14,6
Ужин	гор. блюдо	ТТК№4	рыба минтай запеченная	80	47,51	164,7	9,3	12	4
	гарнир	925	рагу из овощей	150	14,92	168,7	2,7	11,1	15,5
	напиток	1167	чай с сахаром	200	2,18	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		хлеб ржаной	30	1,85	49,6	2	0,4	10,3
			хлеб пшеничный	80	8,47	170,9	6,1	0,7	37,4
		41	сливочное масло	10	7,21	75	0,1	8,2	0,1
Ужин 2	кисломол.								
	булочное		вафли	30	12,2	96	1	0,8	22,7
	напиток		сок фруктовый	200	18,5	94	1	0	23,4
	фрукт		яблоко	200	25	88	0,8	0,8	19,6

Директор школы-интерната

Н.А. Пилипенко



Школа

ОБОУ "Суджанская школа-интернат"

Отд./корп

12-18лет

День 5 15.01.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	520	каша рисовая молочная	205	15,34	185	2,4	6,4	25
	гор.напиток	1167	чай с сахаром	200	2,18	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		хлеб пшеничный	100	9,01	213,6	7,6	0,9	46,7
	фрукты								
			42	сыр твердый	10	7,46	37	2,3	3
		41	масло сливочное	10	8,47	75	0,1	8,2	0,1
		1191	йогурт	100	20,00	87	5	3,2	8,5
Завтрак 2	фрукты								
		ТТК№3	пирожок с яблоками	100	15,79	248	5,7	5,1	44,7
		1191	кефир	200	19,82	106	5,8	5	8
Обед	закуска	102	салат из свеклы и яблок с млр	100	10,83	53	1,1	2,2	7,5
	1 блюдо	319	суп картофельный с горохом	300	12,07	170,6	6,6	5,8	22,2
	2 блюдо	760	мясо тушеное	100	39,13	131,4	15,3	6,1	3,6
	гарнир	897	макаронные изделия	180	7,88	225	5,4	8,1	32,5
	напиток	1081	компот из смеси сухофруктов	200	6,83	103,2	0,6	0	25,2
	хлеб белый								
	хлеб черн.		хлеб ржаной	70	4,31	99,2	3,9	0,7	20,5
Ужин	гор. блюдо	ТТК№4	рыба минтай запеченная	100	55,15	205,8	11,5	15	5
	гарнир	925	рагу из овощей	200	19,89	229,6	3,5	14,8	20,6
	напиток	1167	чай с сахаром	200	2,18	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		хлеб пшеничный	100	8,47	213,6	7,6	0,9	46,7
				хлеб ржаной	50	3,08	70,8	2,8	0,5
		41	сливочное масло	10	9,01	75	0,1	8,2	0,1
Ужин 2	кислолом.								
	булочное		вафли	30	12,2	96	1	0,8	22,7
	напиток		сок фруктовый	200	18,5	94	1	0	23,4
	фрукт		яблоко	200	25	88	0,8	0,8	19,6

Директор школы-интерната

Н.А. Пилипенко

