

Школа **ОБОУ "Суджанская школа-интернат"** Отд./корп **7-11 лет** Дата **20.12.2022**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	520	каша манная молочная	205	14,79	157	4,8	5,1	24,5
	гор.напиток	1167	чай с сахаром	200	2,21	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		хлеб пшеничный	80	7,21	170,9	6,1	0,7	37,4
	фрукты								
			572	яйцо вареное	40	17	63	5,1	4,6
		41	масло сливочное	10	6,53	75	0,1	8,2	0,1
Завтрак 2	фрукты								
		617	пудинг из творога запеченый сок фруктовый	150 200	44,63 17	338 94	20,9 1	14,3 0	31,7 23,4
Обед	закуска	91	салат из белокочанной капусты	60	6,55	49,3	1,1	3,4	3,2
	1 блюдо	334	суп картофельный с макаронными изделиями и картофелем	250	9,03	108	2,8	2,3	18,9
	2 блюдо	666	котлета рыбная из минтая	80	24,21	141	9,4	6,3	10,9
	гарнир	903	пюре картофельное	150	15,18	123,3	2,7	4,7	17,6
	напиток	1081	компот из смеси сухофруктов	200	6,29	103,2	0,6	0	25,2
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		хлеб ржаной	50	3,08	71	2,8	0,5	14,6
Полдник	булочное								
	напиток								
Ужин	гор.блюдо	ТТК№2	голубцы ленивые	150	43,56	156,6	9,3	8,4	11
	гарнир								
	напиток	1167	чай с сахаром	200	2,21	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		хлеб пшеничный	80	21	220,5	8,1	1,1	47,7
			хлеб ржаной	30	1,85				
		41	масло сливочное	10	7,55	75	0,1	8,2	0,1
	42	сыр твердый	10	6,53	37	2,3	3	0	
Ужин 2	кисломол.								
	булочное	ТТК№1	печенье	30	12,55	125,1	2,3	3	22,3
	напиток	1190	молоко кипяченое	200	18,28	123	5,9	6,8	9,9
	фрукты		банан	200	25	88	0,8	0,8	19,6

И.о.директора школы-интерната

О.П. Березуцкая





Школа

ОБОУ "Суджанская школа-интернат"

Отд./корп

12-18лет

День 4 20.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	520	каша манная молочная	205	14,79	157	4,8	5,1	24,5
	гор.напиток	1167	чай с сахаром	200	2,21	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		хлеб пшеничный	100	9,01	213,6	7,6	0,9	46,7
	фрукты								
			572	яйцо вареное	40	17	63	5,1	4,6
		41	масло сливочное	10	6,53	75	0,1	8,2	0,1
Завтрак 2	фрукты								
		617	пудинг из творога запеченый	200	46,63	383	23,7	16,2	36
			сок фруктовый	200	17	94	1	0	23,4
Обед	закуска	91	салат из белокачанной капусты	100	10,92	65,8	1,5	4,6	4,4
	1 блюдо	334	суп картофельный с макаронными изделиями	300	10,84	129,6	3,3	2,7	22,6
	2 блюдо	666	котлета рыбная из минтая	100	30,26	176,4	11,7	7,9	13,6
	гарнир	903	пюре картофельное	180	18,22	148	3,2	5,6	21
	напиток	1081	компот из смеси сухофруктов	200	6,29	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№2	голубцы ленивые	250	54,38	261	15,4	13,9	18,3
	гарнир								
	напиток	1167	чай с сахаром	200	2,21	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		хлеб ржаной	50	3,08	70,8	2,8	0,5	14,6
			хлеб пшеничный	100	9,01	213,6	7,6	0,9	46,7
		42	сыр твердый	10	6,53	37	2,3	3	0
		41	масло сливочное	10	7,55	75	0,1	8,2	0,1
Ужин 2	кисломол.								
	булочное	ТТК№1	печенье	30	12,55	125,1	2,3	3	22,3
	напиток	1190	молоко кипяченое	200	18,28	123	5,9	6,8	9,9
	фрукты		банан	200	25	88	0,8	0,8	19,6

И.о. директора школы-интерната

О.П. Березуцкая

