

Школа	ОБОУ "Суджанская школа-интернат"			Отд./корп	12-18лет			День 2	29.09.2022	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	520	каша геркулесовая молочная	205	16,46	160,7	3,9	8,2	17,5	
	гор.напиток	1167	чай с сахаром	200	2,32	61,3	0,2	0,1	15	
	хлеб		хлеб пшеничный	100	18,34	213,6	7,6	0,9	46,7	
	фрукты									
			41	масло сливочное	10	8,88	75	0,1	8,2	0,1
		42	сыр твердый	10	9,79	37	2,3	3	0	
Завтрак 2	фрукты									
		ТТК№1	булка домашняя	50	7,92	197	3,8	6,6	34,5	
		1191	кефир	200	21,63	106	5,8	5	8	
Обед	закуска	51	икра кабачковая	100	10,67	88	1,4	6,3	6,1	
	1 блюдо	274	борщ с капустой и картофелем со сметаной	300/10	12,35	77,2	2,7	4,4	8,4	
	2 блюдо	779	плов из мяса	200	47,34	274,4	17,3	9,4	30,4	
	гарнир									
	напиток	1081	компот из смеси сухофруктов	200	5,13	103,2	0,6	0	25,2	
	хлеб бел.									
	хлеб черн.		хлеб ржаной	70	6,2	99,2	3,9	0,7	20,5	
Ужин	гор. Блюдо	ТТК№4	рыба запеченая	100	49,37	205,8	11,5	15	4,9	
	гарнир	903	пюре картофельное	180	22,8	148	3,2	5,6	21	
	напиток	1167	чай с сахаром	200	2,32	61,3	0,2	0,1	15	
	хлеб		хлеб пшеничный	100	18,34	213,6	7,6	0,9	46,7	
				хлеб ржаной	50	4,43	70,8	2,8	0,5	14,6
			41	масло сливочное	15	8,88	112,5	0,1	12,3	0,1
Ужин 2	кисломолочное	1191	йогурт	100	21,43	87	5	3,2	8,5	
	булочное		печенье	30	12,8	125,1	2,3	3	22,3	
	напиток									
	фрукты		арбуз	200	25,2	88	0,8	0,8	19,6	

Директор школы-интерната



Пилипенко Н.А.

Школа	ОБОУ "Суджанская школа-интернат"			Отд./корп	7-11лет			День 2	29.09.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	520	каша геркулесовая молочная	205	8,21	160,7	3,9	8,2	17,5
	гор.напиток	1167	чай с сахаром	200	1,40	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		хлеб пшеничный	100	4,70	213,6	7,6	0,9	46,7
	фрукты								
		41	масло сливочное	10	3,20	75	0,1	8,2	0,1
		42	сыр твердый	10	4,95	37	2,3	3	0
Завтрак 2	фрукты								
		ТТК№1	булка домашняя	50	4,00	197	3,8	6,6	34,5
		1191	кефир	200	10,00	106	5,8	5	8
Обед	закуска	51	икра кабачковая	100	11,20	88	1,4	6,3	6,1
	1 блюдо	274	борщ с капустой и картофелем со сметаной	300/10	14,06	77,2	2,7	4,4	8,4
	2 блюдо	779	плов из мяса	200	28,00	274,4	17,3	9,4	30,4
	гарнир								
	напиток	1081	компот из смеси сухофруктов	200	5,00	103,2	0,6	0	25,2
	хлеб бел.		хлеб ржаной	70	2,05	99,2	3,9	0,7	20,5
Ужин	гор.блюдо	ТТК№4	рыба запеченая	100	18,00	205,8	11,5	15	4,9
	гарнир	903	пюре картофельное	180	9,50	148	3,2	5,6	21
	напиток	1167	чай с сахаром	200	1,40	61,3	0,2	0,1	15
	хлеб		хлеб пшеничный	100	4,70	213,6	7,6	0,9	46,7
			хлеб ржаной	50	1,23	70,8	2,8	0,5	14,6
		41	масло сливочное	15	4,75	112,5	0,1	12,3	0,1
Ужин 2	кисломол.	1191	йогурт	100	10,00	87	5	3,2	8,5
	булочное		печенье	30	3,00	125,1	2,3	3	22,3
	напиток								
	фрукты		арбуз	200	12,00	88	0,8	0,8	19,6

Директор школы-интерната



Н.А.Пилипенко