

Школа ГБОУ ЛО «Школа-интернат «Красные Зори»

День 07.12.2021

Директор

Утверждаю

А. И. Смирнова



Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г.	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак									
	Горячее блюдо	189/2010	Каша жидкая манная молочная, м.сл	200/5	13,1	207.745	6.024	6.965	29.607
	Горячий напиток	433/2010	Какао с молоком	200	10	144,838	3,628	3,079	25,574
	хлеб	к/к	Батон нарезной из муки высшего сорта обогащенный микронутриентами	55	4	141	4.302	1.62	31.8
		510/Пр.202	колбаса	30	10	103,455	5,153	8,937	0,604
		13/2010	Масло сливочное порциями	15	9,3	112.2	0,075	12.375	0,12
Завтрак 2		435/2010	Йогурт питьевой 2.5	200	35	172.679	5.622	5.02	17.067
		к/к	Батон нарезной из муки высшего сорта обогащенный микронутриентами	55	4	117.5	3.585	1.35	26.5
	фрукты	10.8/Пр.2010	груша	200	34	75.6	0.72	0.54	17.1
Обед	закуска	8.10/Пр.2010	Огурец свежий грунтовый	100	14	14	0.8	0.1	2.5
	Первое блюдо	93/2010	Суп рыбный с консервированным лососем	300/30	34,8	238.941	17.4	4.253	33.048
	Второе блюдо	2.31/Пр.2010	Рагу из отварной птицы с овощами тушеное	280	50,5	541.442	30.501	25.147	50.419
	напиток	11.2/Пр.2010	Компот из сухофруктов витаминизированный	200	6,5	18.74	0.041	0	4.481
	хлеб	к/к	Хлеб ржаной обогащенный	70	3	142.1	4.27	0.77	29.47
		к/к	Батон нарезной из муки высшего сорта обогащенный микронутриентами	55	4	141	4.302	1.62	31.8