

Школа

Провиденская средняя общеобразовательная школа-интернат

Отд/корп 11 лет и старше
(диабет)

День 01.02.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 2	гор.блюдо	39/1	Макароны с сыром	250		260	11	12	43
	гор.напиток	79	Чай без сахара	200		62	0	0	9
	хлеб	94	Хлеб пшеничный	50		90	3	0	20
		1	Масло сливочное	10		75	0	8	0
			Коктейль молочный	200		140	5	3	23
	Итого:					179,55	627	19	23
Обед	закуска	7	Салат из свеклы	100		94	1	6	8
	1 блюдо	33	Суп из рыбных консервов	250		245	7	14	14
	2 блюдо	103	Сосиска	50		162	6	15	0
	гарнир	41	Капуста тушеная	150		214	3	6	35
	сладкое	874	Кисель	200		132	0	0	33
	хлеб бел	94	Хлеб пшеничный	50		135	5	0	30
	хлеб черн		Хлеб ржаной	50		58	2	0	10
	Итого:					142	1039	23	43

Школа

Провиденская средняя общеобразовательная школа-интернат

Отд/корп дети 7-10 лет

День 25.01.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 2	гор.блюдо	39/1	Макароны с сыром	200		260	11	12	43
	гор.напиток	79	Чай с сахаром	200		62	0	0	16
	хлеб	94	Хлеб пшеничный	50		90	3	0	20
		1	Масло сливочное	10		75	0	8	0
			Коктейль молочный	200		140	5	3	23
	Итого:					179,55	627	19	23
Обед	закуска	7	Салат из свеклы	100		94	1	6	8
	1 блюдо	33	Суп из рыбных консервов	200		245	7	14	14
	2 блюдо	103	Сосиска	50		162	6	15	0
	гарнир	41	Капуста тушеная	150		214	3	6	35
	сладкое	874	Кисель	200		132	0	0	33
	хлеб бел	94	Хлеб пшеничный	50		135	5	0	30
	хлеб черн		Хлеб ржаной	50		58	2	0	10
	Итого:					138	1039	23	43

Школа

Провиденская средняя общеобразовательная школа-интернат

Отд/корп 11 лет и старше

День 01.02.2023г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 2	гор.блюдо	39/1	Макароны с сыром	250		260	11	12	43
	гор.напиток	79	Чай с сахаром	200		62	0	0	16
	хлеб	94	Хлеб пшеничный	50		90	3	0	20
		1	Масло сливочное	10		75	0	8	0
			Коктейль молочный	200		140	5	3	23
	Итого:					179,55	627	19	23
Обед	закуска	7	Салат из свеклы	100		94	1	6	8
	1 блюдо	33	Суп из рыбных консервов	250		245	7	14	14
	2 блюдо	41	Капуста тушеная	150		214	3	6	35
	гарнир	103	Сосиска	50		162	6	15	0
	сладкое	874	Кисель	200		132	0	0	33
	хлеб бел	94	Хлеб пшеничный	50		135	5	0	30
	хлеб черн		Хлеб ржаной	50		58	2	0	10
	Итого:					142	1038	23	43

Школа

Провиденская средняя общеобразовательная школа-интернат

Отд/корп 11 лет и старше

День 01.02.2023г

(интернат)

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<u>Завтрак 1</u>	гор.блюдо	34	Каша молочная гречневая	250		203	6	5	33
	гор.напиток	79	Чай с сахаром	200		62	0		16
	хлеб	94	Хлеб пшеничный	50		90	3	0	20
		1	Масло сливочное	10		75	0	8	0
	Итого:					60,00	430	10	14
<u>Завтрак 2</u>	гор.блюдо	39/1	Макароны с сыром	250		260	11	12	43
	гор.напиток	79	Чай с сахаром	200		62	0	0	16
	хлеб	94	Хлеб пшеничный	50		90	3	0	20
		1	Масло сливочное	10		75	0	8	0
			Коктейль	200		140	5	3	23
	Итого:					179,55	627	19	23
<u>Обед</u>	закуска	7	Салат из свеклы	100		94	1	6	8
	1 блюдо	33	Суп из рыбных консервов	250		245	7	14	14
	2 блюдо	41	Капуста тушеная	150		214	3	6	35
	гарнир	103	Сосиска	50		162	6	15	0
	сладкое	874	Кисель	200		132	0	0	33
	хлеб бел	94	Хлеб пшеничный	50		135	5	0	30
	хлеб черн		Хлеб ржаной	50		58	2	0	10
	Итого:					142	1039	23	43
<u>Полдник</u>			Сок	200		116	5,6	6,4	9,4
			Яблоко	100		46	0,4	0	11,3
	Итого:					90	452	13,2	15,3
<u>Ужин</u>	гор.блюдо	57	Жаркое по-домашнему	250		248	15	12	24
	гарнир								
	гор.напиток	79	Чай с сахаром	200		62	0		16
	хлеб бел	94	Хлеб пшеничный	50		90	3	0	20
		1	Масло сливочное	10		75	0	8	
	Итого:					140	475	19	21