

Школа

Провиденская средняя общеобразовательная школа-интернат

Отд/корп 11 лет и старше
(диабет)

День 12.01.2023г

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход,г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------|---------------|--------|----------------------------------|---------|---------------|--------------|------------|-----------|------------|
| <u>Завтрак 1</u> | гор.блюдо | 39/1 | Макароны с сыром | 250 | | 260 | 11 | 12 | 43 |
| | гор.напиток | 79 | Чай без сахара | 200 | | 30 | 0 | 0 | 8 |
| | хлеб | 94 | Хлеб пшеничный | 50 | | 90 | 3 | 0 | 20 |
| | | 1 | Масло сливочное | 10 | | 75 | 0 | 8 | |
| | | | Чоко пай | 100 | | 430 | 4,5 | 18 | 63 |
| | Итого: | | Пудинг | 95 | | 480 | 3 | 3 | 19 |
| <u>Завтрак 1</u> | гор.блюдо | | | | 179,00 | 1365 | 22 | 42 | 152 |
| | гор.напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | Итого: | | | | | | | | |
| <u>Обед</u> | закуска | 7 | Салат из свеклы | 100 | | 94 | 1 | 6 | 8 |
| | 1 блюдо | 22 | Суп с картофельный гороховый | 250 | | 100 | 2 | 4 | 15 |
| | 2 блюдо | 67 | Плов | 250 | | 301 | 19 | 10 | 35 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | 80 | Компот из сухофруктов без сахара | 200 | | 97 | 0 | 33 | 19 |
| | хлеб бел | 94 | Хлеб пшеничный | 50 | | 135 | 5 | 0 | 30 |
| | хлеб черн | | Хлеб ржаной | 50 | | 58 | 2 | 0 | 10 |
| | Итого: | | | | | 125 | 785 | 30 | 53 |

Школа

Провиденская средняя общеобразовательная школа-интернат

Отд/корп 7-10 лет

День 12.01.2023г

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход,г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------|---------------|--------|------------------------------|---------|---------------|--------------|-----------|-----------|------------|
| <u>Завтрак 1</u> | гор.блюдо | 39/1 | Макароны с сыром | 200 | | 260 | 11 | 12 | 43 |
| | гор.напиток | 79 | Чай с сахаром | 200 | | 28 | 0 | 0 | 14 |
| | хлеб | 94 | Хлеб пшеничный | 50 | | 90 | 3 | 0 | 20 |
| | | 1 | Масло сливочное | 10 | | 75 | 0 | 8 | |
| | | | Чоко пай | 100 | | 430 | 4,5 | 18 | 63 |
| | Итого: | | Пудинг | 95 | | 480 | 3 | 3 | 19 |
| <u>Завтрак 1</u> | гор.блюдо | | | | 179,54 | 1363 | 22 | 42 | 158 |
| | гор.напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | Итого: | | | | | | | | |
| <u>Обед</u> | закуска | 7 | Салат из свеклы | 100 | | 94 | 1 | 6 | 8 |
| | 1 блюдо | 22 | Суп с картофельный гороховый | 250 | | 100 | 2 | 4 | 15 |
| | 2 блюдо | 67 | Плов | 250 | | 301 | 19 | 10 | 35 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | 80 | Компот из сухофруктов | 200 | | 97 | 0 | 33 | 25 |
| | хлеб бел | 94 | Хлеб пшеничный | 50 | | 135 | 5 | 0 | 30 |
| | хлеб черн | | Хлеб ржаной | 50 | | 58 | 2 | 0 | 10 |
| | Итого: | | | | | 785 | 30 | 53 | 122 |

Школа

Провиденская средняя общеобразовательная школа-интернат

Отд/корп 11 лет и старше

День 12.01.2023г

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход,г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------|---------------|--------|------------------------------|---------|---------------|--------------|-----------|-----------|------------|
| <u>Завтрак 1</u> | гор.блюдо | 39/1 | Макароны с сыром | 250 | | 217 | 9 | 7 | 31 |
| | 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 | |
| | | | Чоко пай | 100 | | 430 | 4,5 | 18 | 63 |
| | Итого: | | Пудинг | 95 | | 490 | 3 | 3 | 19 |
| <u>Завтрак 1</u> | гор.блюдо | | | | 179,53 | 1363 | 20 | 37 | 149 |
| | гор.напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | Итого: | | | | | | | | |
| <u>Обед</u> | закуска | 7 | Салат из свеклы | 100 | | 194 | 1 | 6 | 8 |
| | 1 блюдо | 22 | Суп с картофельный гороховый | 250 | | 100 | 2 | 4 | 15 |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | 67 | Плов | 250 | | 301 | 19 | 10 | 35 |
| | сладкое | 80 | Компот из сухофруктов | 200 | | 97 | 0 | 33 | 25 |
| | хлеб бел | 94 | Хлеб пшеничный | 50 | | 135 | 5 | 0 | 30 |
| | хлеб черн | | Хлеб ржаной | 50 | | 58 | 2 | 0 | 10 |
| Итого: | | | | | | 885 | 30 | 53 | 122 |

Школа

Провиденская средняя общеобразовательная школа-интернат

Отд/корп 11 лет и старше

День 12.01.2023г

(интернат)

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход,г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------------|---------------|--------|------------------------------|---------|---------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| <u>Завтрак 1</u> | гор.блюдо | 34 | Каша молочная манная | 250 | | 197 | 5 | 4 | 35 |
| | 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 | |
| | Итого: | | | | 60,00 | 424 | 8 | 13 | 71 |
| <u>Завтрак 2</u> | гор.блюдо | 34 | Каша молочная рисовая | 250 | | 197 | 3 | 4 | 37 |
| | гор.напиток | 79 | Чай с сахаром лимон | 200 | | 62 | 0 | 0 | 16 |
| | хлеб | 94 | Хлеб пшеничный | 50 | | 90 | 3 | 0 | 20 |
| | | 1 | Масло сливочное | 10 | | 75 | 0 | 8 | 0 |
| | | | Чоко пай | 100 | | 430 | 4,5 | 18 | 63 |
| | | | Пудинг | 95 | | 490 | 3 | 3 | 19 |
| | Итого: | | | | 179,53 | 1344 | 13 | 33 | 155 |
| <u>Обед</u> | закуска | 7 | Салат из свеклы | 100 | | 94 | 1 | 6 | 8 |
| | 1 блюдо | 22 | Суп с картофельный гороховый | 250 | | 100 | 2 | | 15 |
| | 2 блюдо | 67 | Плов | 250 | | 301 | 19 | 10 | 35 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | 80 | Компот из сухофруктов | 200 | | 97 | 0 | 33 | 25 |
| | хлеб бел | 94 | Хлеб пшеничный | 50 | | 135 | 5 | 0 | 30 |
| | хлеб черн | | Хлеб ржаной | 50 | | 58 | 2 | 0 | 10 |
| | Итого: | | | | 126,11 | 785 | 30 | 53 | 122 |
| <u>Полдник</u> | | 76 | Молоко | 200 | | 108 | 5,8 | 5 | 9,6 |
| | | | йогурт | 95 | | 130 | 3 | 3 | 19 |
| | Итого: | | | | 125 | 492 | 12,2 | 22,6 | 63,2 |
| <u>Ужин</u> | гор.блюдо | 58 | Котлета в соусе | 100 | | 229 | 16 | 12 | 16 |
| | гарнир | 40 | Картофельное пюре | 150 | | 137 | 3 | 5 | 20 |
| | 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: | | | | | 593 | 23 | 25 | 72 |