

Школа

ГКОУ УР "Ярская школа-интернат"

Отд./корп

7-11 лет

День

22.10.2024г

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	У109	Пудинг творожный запеченный	150	38,70	321	18,45	14,25	29,7
			Молоко сгущенное	50	13,50	164	3,6	4,25	27,75
	гор.напиток	П242	Какао с молоком	200	8,08	154	3,77	3,93	25,95
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	70	3,46	139	5,95	1,12	25,9
			Масло сливочное	10	8,69	33	0,04	3,63	0,07
					69,43				
2 завтрак									
Обед	закуска	П022	Салат из свеклы с чесноком	60	1,43	80	0,84	6,05	5,53
	1 блюдо	П048	Суп-лапша домашняя	200	12,15	87	1,96	3,91	11,13
	2 блюдо	У082	Колбаска "Витаминка"	90	42,76	212	15,48	15,66	2,94
	гарнир	П079	Овощи в молочном соусе	150	14,27	129	3,57	7,6	12,08
	сладкое	П271	Чай с сахаром	200	1,64	49	0,12		12,04
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	1,48	59	2,55	0,48	11,1
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	40	1,82	77	3,08	0,56	14,96
					75,55				
Полдник	фрукт		Яблоко	200	14,00	94	0,8	0,8	19,6
	напиток		Сок фруктовый	200	14,55	92	1	0,2	20,2
					28,55				
Ужин	2 блюдо	У088	Котлета рыбная "Нептун"	90	26,24	186	11,52	12,24	8,91
	гарнир	У093	Розовое пюре	150	6,58	126	2,85	4,95	19,35
	напиток	П265	Чай с лимоном	200	2,78	62	0,07	0,01	15,31
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	1,48	59	2,55	0,48	11,1
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,37	58	2,31	0,42	11,22
					38,45				
Ужин 2	напиток		Йогурт	200	17,23	136	10	6,4	7

Школа **ГКОУ УР "Ярская школа-интернат"** Отд./корп **12 лет и старше** День **22.10.2024г**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	У109	Пудинг творожный запеченный	200	51,65	428	24,6	19	39,6
			Молоко сгущенное	50	13,50	164	3,6	4,25	27,75
	гор.напиток	П242	Какао с молоком	200	8,08	154	3,77	3,93	25,95
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	70	3,46	139	5,95	1,12	25,9
			Масло сливочное	10	5,69	33	0,04	3,63	0,07
					82,38				
2 завтрак									
Обед	закуска	П022	Салат из свеклы с чесноком	100	2,38	133	1,4	10,08	9,22
	1 блюдо	П048	Суп-лапша домашняя	250	15,31	109	2,45	4,89	13,91
	2 блюдо	У082	Колбаска "Витаминка"	100	47,68	236	17,2	17,4	3,27
	гарнир	П079	Овощи в молочном соусе	180	16,89	155	4,28	17,4	14,49
	сладкое	П271	Чай с сахаром	200	1,64	49	0,12		12,04
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	1,48	59	2,55	0,48	11,1
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	40	1,82	77	3,08	0,56	14,96
						87,20			
Полдник	фрукт		Яблоко	200	14,00	94	0,8	0,8	19,6
	напиток		Сок фруктовый	200	14,55	92	1	0,2	20,2
						28,55			
Ужин	2 блюдо	У088	Котлета рыбная "Нептун"	100	29,57	13	12,8	13,6	9,9
	гарнир	У093	Розовое пюре	180	7,84	151	3,42	5,94	23,22
	напиток	П265	Чай с лимоном	200	2,78	96	0,1		25,2
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	30	1,87	59	2,55	0,48	11,1
	хлеб черн.		Хлеб ржано-пшеничный	30	1,37	58	2,31	0,42	11,22
						43,43	62	0,07	0,01
Ужин 2	напиток		Йогурт	200	17,23	136	10	6,4	7