

Школа

ГБОУ СОШ №381 Кировского района Санкт-Петербурга

Отд./корп

День

5

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-----------|----------|---|-----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | хлеб | 3 | Бутерброд с сыром | 40 | 98,37 | 117,00 | 8,70 | 8,40 | 14,58 |
| | гор.блюдо | ТК №215 | Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | | 265,00 | 4,93 | 6,53 | 23,85 |
| | напиток | ТК № 207 | Кофейный напиток | 180 | | 64,28 | 2,04 | 1,12 | 11,41 |
| | хлеб | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микронутриентами | 25 | | 87,92 | 1,57 | 0,61 | 14,87 |
| | фрукты | ТК № 203 | Фрукты свежие | 100 | | 47,00 | 0,40 | 0,30 | 10,30 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 52 | Салат из свеклы отварной с маслом растительным | 60 | 147,51 | 68,89 | 0,86 | 5,05 | 6,02 |
| | 1 блюдо | 89/307 | Рассольник с птицей и сметаной | 200/10/10 | | 115,90 | 2,70 | 5,50 | 14,10 |
| | 2 блюдо | 261 | Печень, тушенная в соусе | 100 | | 163,00 | 12,34 | 11,40 | 8,10 |
| | гарнир | 331 | Макаронные изделия отварные | 150 | | 205,60 | 5,64 | 4,79 | 33,70 |
| | напиток | ТК № 216 | Кисель из кураги | 180 | | 116,17 | 0,94 | 0,05 | 27,78 |
| | хлеб | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микронутриентами | 20 | | 70,33 | 1,25 | 0,49 | 8,57 |
| | хлеб | ТК № 198 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | | 81,58 | 2,65 | 0,35 | 16,96 |