

Школа

ГБОУ СОШ №556

Отд./корп

День

08.10.2021

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
|---|-------------|--------|---|----------|--------|--------------|---------|--------|----------|--------|
| Завтрак | гор.блюдо | 189 | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 150 | | 113,00 | 4,20 | 7,10 | 12,60 | |
| | закуска | 3 | Бутерброд с сыром | 15 / 25 | | 116,00 | 5,60 | 5,20 | 12,90 | |
| | гор.напиток | 432 | Кофейный напиток | 200 | | 84,80 | 2,30 | 1,20 | 22,40 | |
| | хлеб | к/к | Батон обогащенный микронутриентами | 20 | | 52,40 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | |
| | закуска | к/к | Йогурт в инд.упак.жирн.2,5% | 100 | | 127,00 | 2,00 | 2,80 | 23,00 | |
| Итого за прием пищи: | | | | 510 | 63,00 | 493,20 | 15,60 | 16,90 | 81,20 | |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 52/209 | Салат из свеклы отварной с яйцом, маслом растительным | 60 / 20 | | 84,00 | 3,10 | 6,70 | 5,80 | |
| | 1 блюдо | 99 | Суп артофельный с горохом | 200 | | 87,00 | 4,20 | 3,20 | 11,30 | |
| | 2 блюдо | к/к | Филе птицы запеченое | 90 | | 185,00 | 9,30 | 8,10 | 16,00 | |
| | гарнир | 331 | Макаронные изделия отварные | 150 | | 191,00 | 5,50 | 4,80 | 31,30 | |
| | сладкое | 439 | Напиток из брусники, протертой с сахаром | 180 | | 67,00 | 0,60 | 0,20 | 28,60 | |
| | хлеб бел. | к/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 30 | | 61,20 | 2,00 | 0,30 | 12,70 | |
| | хлеб черн. | к/к | Батон обогащенный микронутриентами | 20 | | 52,40 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | |
| Итого за прием пищи: | | | | 750 | 110,00 | 727,60 | 26,20 | 23,90 | 116,00 | |
| Всего за день: | | | | | | 173,00 | 1220,80 | 41,80 | 40,80 | 197,20 |
| Всего за 10 дней завтраков: | | | | | | 5005,20 | 168,40 | 165,20 | 806,40 | |
| Всего за 10 дней обедов: | | | | | | 7183,90 | 255,80 | 257,50 | 1049,90 | |
| Итого за 10 дней: | | | | | | 12189,10 | 424,20 | 422,70 | 1832,60 | |
| Среднее значение за период: | | | | | | 1219,00 | 42,00 | 42,00 | 183,00 | |
| Содержание белков, жиров, углеводов за 10 дней в % от калорийности: | | | | | | | 14,00 | 31,00 | 60,00 | |

ГБОУ СОШ № 556 КУРОРТНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Леонтьева Юлия Вячеславовна, ДИРЕКТОР
08.10.2021 09:30 (MSK), Сертификат № 510468006EAD4FB64E5EE8AB0B2C1751