

Школа

ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс

Отд./корп

День

15.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный	150	30,86	284	14	24	3
	гор.напиток	23	Кофейный напиток	200	6,04	107	2	3	22
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	40	4,69	100	3	1	18
		3	Бутерброд с сыром	40	10,05	92	2	4	10
Завтрак 2	фрукты								
		т/к	Вафли	50	11,36	265	2	15	32
Обед	закуска	97	Огурец свежий	60	6,07	8	0	0	2
	1 блюдо	81	Суп картофельный с горохом и гренками курой	240	16,84	187	7	4	45
	2 блюдо	394	Тефтели рыбные	100	39,10	163	12	7	13
	гарнир	520/3	Пюре картофельное	200	17,88	218	4	9	29
	сладкое	638	Компот из пловдов и ягод сушеных	200	8,59	142	1	0	34
	хлеб бел.	т/к	Фрукт-мандарин	100	15,42	38	1	0	28
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,80	64	2	0	34
		т/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	3,30	79	2	1	15