

Школа

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

Отд./корп

День

22.09.2021

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	693	Какао с молоком	200	9,42	134	3	3	25
	хлеб	4	Батон обогащенный микронутриентами	30	3,30	79	2	1	15
		т/к	Горошек зеленый консервированный	30	6,96	12	1	0	2
Завтрак 2	фрукты	103	Яблоко	100	12,46	44	0	0	9
Обед	закуска	53	Винегрет морской	80	7,90	107	1	8	7
	1 блюдо	133	Суп картофельный	200	3,94	131	7	6	14
	2 блюдо	489	Рагу из птицы	250	25,88	308	19	15	23
	гарнир								
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	25,33	86	1	0	20
	хлеб бел.	775	Булочка "Российская"	90	10,31	291	2	7	55
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	4,50	97	3	0	19
		179	Фрикадельки рыбные	30	9,44	25	5	0	0
	2	Йогурт молочный	125	22,70	124	4	4	17	