Школа ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс Отд./корп День 01.10.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша жидкая овсяная	200	15,64	210	7	10	24
	гор.напиток	697	Молоко кипяченое	200	16,09	113	6	5	10
	хлеб	38	Батон обогащенный микронутриентами	25	2,75	67	2	1	13
		2	Бутерброд с джемом	40	11,40	132	1	4	22
		96	Масло (порциями)	5	3,22	38	0	4	0
Завтрак 2	фрукты		Яблоко	120	13,90	62	0	0	17
Обед	закуска	т/к	Огурец соленый	60	5,89	8	0	0	1
	1 блюдо	133	Суп картофельный	200	4,04	131	7	6	14
	2 блюдо	503	Суфле из кур	100	41,33	198	16	13	4
	гарнир	224	Рагу из овощей	150	15,42	167	3	12	12
	сладкое	639	Компот из смеси сухофруктов	200	3,60	131	1	0	32
	хлеб бел.	3	Батон обогащенный микронутриентами	50	5,60	134	4	1	27
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,93	86	3	0	17
		179	Фрикадельки рыбные	50	30,19	42	8	1	1