

Школа

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

Отд./корп

День

04.10.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша пшенная с маслом сливочным	205	16,51	307	8	10	45
	гор.напиток	693	Какао с молоком	200	9,67	134	3	3	25
	хлеб	3	Батон обогащенный микронутриентами	50	5,49	134	3	3	25
		т/к	Сыр плавленый	19	9,73	48	3	4	1
			96	Масло (порциями)	5	3,22	38	0	4
Завтрак 2	фрукты	т/к	Яблоко	150	18,38	67	0	0	13
Обед	закуска	99	Огурец соленый	60	5,94	8	0	0	1
	1 блюдо	111	Борщ сибирский о сметаной	200	21,82	114	7	6	9
	2 блюдо	406	Мясо в соусе	100	34,93	89	8	3	3
	гарнир	205	Макароны отварные	150	8,44	122	4	3	19
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	25,33	86	1	0	20
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,54	86	3	0	17
			112	Фрикадельки мясные	20	10,00	37	5	2