

Школа

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

Отд./корп

День

11.10.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	190	Каша молочная "Дружба"	200	17,12	226	6	8	33
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	6,70	152	3	4	28
	хлеб								
		3	Бутерброд с сыром	40	10,05	92	0	4	10
		337	Яйцо вареное	40	6,43	63	5	5	0
Завтрак 2	фрукты								
		2	Йогурт молочный	125	22,70	124	4	4	17
Обед	закуска	55	Салат из морской капусты	80	17,81	88	2	5	9
	1 блюдо	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200	11,27	106	2	5	14
	2 блюдо	452	Котлета особая	80	40,49	229	12	16	9
	гарнир	219	Морковь, тушеная с рисом	150	8,14	191	3	9	24
	сладкое	648	Кисель	200	3,78	113	0	0	28
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	3,18	64	2	0	34
		9	Сок фруктовый	200	25,33	86	1	0	20