

Школа

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

Отд./корп

День

05.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный	150	4043,00	284	14	24	3
	гор.напиток	т/к	Чай с сахаром	200	1,68	60	0	0	15
	хлеб	3	Батон обогащенный микронутриентами	50	5,24	134	4	1	27
		3	Бутерброд с сыром	40	12,14	92	2	4	10
Завтрак 2	фрукты	т/к	Апельсин	150	27,96	29	1	0	21
Обед	закуска	97	Огурец свежий	60	18,11	8	0	0	2
	1 блюдо	133	Суп картофельный	200	4,29	131	7	6	14
	2 блюдо	306	Голубцы ленивые	200	69,43	336	20	22	12
	гарнир	50	Соус сметанный	50	2,78	34	1	2	3
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	19,60	86	1	0	20
	хлеб бел.	т/к	Крекер	20	5,31	71	2	1	15
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,83	64	2	0	34
		70	Фрикадельки из кур	20	8,82	42	5	3	0