Школа ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс Отд./корп День 06.09.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 366 | Запеканка из творога | 120 | 33,74 | 266 | 13 | 11 | 19 |
| | гор.напиток | 693 | Какао с молоком | 200 | 10,17 | 134 | 3 | 3 | 25 |
| | хлеб | т/к | Батон обогащенный микронутриентами | 35 | 3,43 | 87 | 2 | 1 | 17 |
| | | 26 | Молоко сгущеное | 30 | 6,85 | 98 | 2 | 3 | 17 |
| | | 3 | Бутерброд с сыром | 40 | 10,02 | 92 | 2 | 4 | 10 |
| Завтрак 2 | фрукты | т/к | Апельсин | 200 | 23,24 | 106 | 0 | 0 | 23 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | т/к | Помидор свежий | 60 | 9,73 | 13 | 0 | 0 | 2 |
| | 1 блюдо | 124 | Щи из свежей капусты с картофелем и курой | 200 | 13,10 | 72 | 1 | 4 | 6 |
| | 2 блюдо | 431 | Печень по-строгановски | 100 | 29,97 | 204 | 17 | 12 | 5 |
| | гарнир | 208 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 10,58 | 206 | 4 | 5 | 38 |
| | сладкое | 25 | Компот из консервированных фруктов | 200 | 23,51 | 161 | 0 | 0 | 41 |
| | хлеб бел. | 9 | Сок фруктовый | 200 | 19,60 | 86 | 1 | 0 | 20 |
| | хлеб черн. | т/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 20 | 1,43 | 44 | 2 | 0 | 9 |
| | | т/к | Булочка с начинкой | 75 | 23,25 | 315 | 12 | 15 | 13 |
| | | | | | | | | | |