

Школа

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

Отд./корп

День

03.10.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	362	Пудинг из творога с молоком сгущенным	140	40,48	383	23	18	32
	гор.напиток	11	Чай с сахаром	200	1,68	60	0	0	15
	хлеб								
	Хол. Блюдо	3	Бутерброд с сыром	40	8,17	92	2	4	10
	Сладкое	2	Йогурт молочный	125	27,12	124	4	4	17
Завтрак 2	фрукты	т/к	Груша	100	10,00	25	0	0	6
Обед	закуска	50	Салат "Свеколка"	80	7,09	147	6	8	12
	1 блюдо	135	Суп из овощей с курой	220	16,57	73	2	4	8
	2 блюдо	388	Биточек из рыбы	100	41,41	182	14	7	15
	гарнир	511	Рис отварной	150	9,40	203	4	6	33
	сладкое	8	Компот из плодов и ягод сушеных	200	4,99	142	1	0	34
	хлеб бел.	4	Батон нарезной	30	3,10	79	2	1	15
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,66	64	2	0	34
	Гор. Блюдо	595	Соус молочный	50	4,22	45	1	3	3
	Фрукты	т/к	Апельсин/сырок глазированный	140	41,73	197	3	18	29