

Школа

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

Отд./корп

День

08.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный с горошком консервированным	180	47,72	296	15	24	5
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	1,34	60	0	0	15
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	40	10,02	92	2	4	10
	фрукты	т/к	Киви	100	18,92	38	0	0	27
	Сладкое	37	Сушка ванильная	50	9,45	190	5	3	36
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	17	Помидор свежий	80	13,94	18	1	0	3
	1 блюдо	129	Щи из квашенной капусты со сметаной	210	10,46	67	2	4	4
	2 блюдо	406	Сердце в соусе	100	31,70	130	14	7	4
	гарнир	205	Макароны отварные	150	6,94	122	4	3	19
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	19,60	86	1	0	20
	хлеб бел.	38	Батон обогащенный микронутриентами	25	5,16	67	2	1	13
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	5,31	133	4	1	28
	фрукты	т/к	Банан	100	20,56	192	0	0	18
	сладкое	34	Слойка Мозайка	50	17,50	210	4	10	8