

Школа

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

Отд./корп

День

14.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный с помидором свежим	200	49,92	297	15	24	5
	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
	Хол. Блюдо	3	Бутерброд с сыром	40	10,33	92	2	4	10
	Фрукты	т/к	Мандарин	100	20,28	29	0	0	15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	97	Огурец свежий	60	9,96	8	0	0	2
	1 блюдо	133	Суп картофельный с кур фрикадельками	220	12,90	173	12	9	14
	2 блюдо	306	Голубцы ленивые	200	55,98	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.								
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,83	64	2	2	13
	Сладкое	2	Йогурт молочный	125	27,12	124	4	4	17