

Школа

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

Отд./корп

День

17.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	190	Каша молочная "Дружба"	200	16,96	226	6	8	33
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	7,50	152	3	4	28
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	40	10,23	92	0	4	10
	Хол. Блюдо	337	Яйцо вареное	40	8,85	63	5	5	0
	сладкое	2	Йогурт молочный и пряники	215	43,91	324	9	57	17
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	42	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	80	15,96	85	1	8	3
	1 блюдо	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200	13,39	106	2	5	14
	2 блюдо	452	Котлета особая	90	39,35	229	12	16	9
	гарнир	219	Морковь, тушеная с рисом	150	9,29	191	3	9	24
	сладкое	648	Кисель	200	4,73	113	0	0	28
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	3,02	64	1	0	17
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	19,60	86	1	0	20
	фрукты	т/к	Груша	100	25,83	31	0	0	17