

Школа

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

Отд./корп

День

18.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша жидкая пшеничная	200	14,98	199	4	8	26
	гор.напиток	697	Молоко кипяченое	200	16,88	113	6	5	10
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	45	4,53	112	3	1	21
	Хол. Блюдо	97/50	Сыр (порциями) и сырок глазированный	60	34,81	207	9	11	18
	Фрукты	т/к	Банан	100	16,25	72	0	0	25
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	т/к	Овощи натуральные свежие	80	13,13	14	1	0	2
	1 блюдо	119	Борщ Волынский с курой	220	23,55	82	5	4	7
	2 блюдо	374	Рыба, тушеная в томате с овощами	130	37,63	155	16	7	6
	гарнир	520	Пюре картофельное	150	11,81	141	3	5	20
	сладкое	8	Компот из плодов и ягод сушеных	200	8,59	142	1	0	34
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4,22	107	3	0	21
	Фрукты	т/к	Яблоко	100	12,64	44	0	0	9
	Сладкое	9	Сок фруктовый	200	19,60	86	1	0	20