

Школа

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

Отд./корп

День

28.11.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	362	Пудинг из творога со сгущеным молоком	140	52,70	383	23	18	32
	гор.напиток	693	Какао с молоком	200	12,30	134	3	3	25
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	40	3,10	100	3	1	19
	Хол. Блюдо	337	Яйцо отварное	40	8,85	63	5	5	0
	Фрукты	т/к	Яблоко	100	10,50	220	0	0	15
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	48	Салат из свеклы с сыром и чесноком	80	10,33	144	4	4	6
	1 блюдо	135	Суп из овощей с курой	225	17,71	73	2	3	8
	2 блюдо	306	Голубцы ленивые и соус сметанный	300	61,60	370	21	24	15
	гарнир								
	сладкое	8	Компот из плодов и ягод сушеных	200	4,99	142	1	0	34
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	2,66	64	2	1	17
	Сладкое	9	Сок фруктовый	200	19,60	86	1	2	20
	Фрукты	т/к	Апельсин	100	14,28	72	1	0	35