

Школа

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

Отд./корп

День

06.12.2022

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 302 | Каша пшенная жидкая с маслом сливочным | 205 | 15,56 | 307 | 8 | 10 | 45 |
| | гор.напиток | 693 | Какао с молоком | 200 | 10,17 | 134 | 3 | 3 | 25 |
| | хлеб | 3 | Батон обогащенный микронутриентами | 50 | 5,16 | 134 | 3 | 3 | 25 |
| | Хол. Блюдо | т/к | Сыр плавленый с маслом сливочным | 24 | 12,92 | 86 | 3 | 8 | 1 |
| | Сладкое | 2 | Йогурт молочный и яблоко | 225 | 43,64 | 191 | 4 | 4 | 30 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 93 | Помидоры свежие | 60 | 9,73 | 13 | 1 | 0 | 2 |
| | 1 блюдо | 111 | Борщ сибирский о сметаной | 220 | 38,87 | 114 | 7 | 6 | 9 |
| | 2 блюдо | 406 | Сердце в соусе | 100 | 29,74 | 89 | 8 | 3 | 3 |
| | гарнир | 205 | Макароны отварные | 150 | 7,73 | 122 | 4 | 3 | 19 |
| | сладкое | 9 | Сок фруктовый | 200 | 19,60 | 86 | 1 | 0 | 20 |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | т/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 40 | 3,35 | 86 | 3 | 2 | 17 |
| | Фрукт | т/к | Апельсин | 100 | 22,15 | 122 | 0 | 0 | 26 |