

Школа

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

Отд./корп

День

14.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша жидкая пшеничная	200	14,09	199	4	8	26
	гор.напиток	24	Чай с лимоном и печеньем	200	10,93	216	2	3	45
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	45	6,60	112	3	1	21
	Хол. Блюдо	97/50	Сыр (порциями) и йогурт молочный	155	36,31	232	11	13	17
	Хол. Блюдо	20	Молоко витаминизированное 3,2%	200	28,97	120	6	6	9
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	29	Овощи натуральные свежие	100	11,56	17	1	0	3
	1 блюдо	119	Борщ Волынский с курой	250	20,74	102	7	5	8
	2 блюдо	374	Рыба, тушеная в томате с овощами	110	55,65	103	11	5	4
	гарнир	520	Пюре картофельное	200	18,01	218	4	9	29
	сладкое	643	Кисель из кураги	200	11,20	117	0	0	25
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	4,73	103	3	0	20
	Фрукты	т/к	Яблоко	100	8,42	44	0	0	9
	Сладкое	9	Сок фруктовый	200	14,99	86	1	0	20