

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

Отд./корп

День 18.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша жидкая манная с вареньем и маслом сливочным	235	28,02	280	6	12	30
	гор.напиток	685	Чай с сахаром и лимоном	200	2,23	62	0	0	15
	хлеб	4	Батон обогащенный микронутриентами	30	7,06	79	2	1	15
	Хол. блюдо	2	Слойка мозайка и творожок Тема	150	52,59	322	12	14	41
	Хол. блюдо	337	Яйцо вареное	40	7,00	63	5	5	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	34	Салат из свежих огурцов и помидоров	100	12,37	82	1	7	3
	1 блюдо	128	Щи по-уральски с крупой и курой	250	15,98	94	3	6	7
	2 блюдо	406	Сердце в соусе	115	33,74	116	10	3	4
	гарнир	205	Макароны отварные	200	13,21	250	7	6	41
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	14,99	86	1	0	20
	хлеб бел.	8	Кольцо песочное	90	22,27	372	7	21	39
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	5,23	103	3	0	20
	Фрукты	т/к	Фрукт-яблоко	100	9,62	80	0	0	15
	Сладкое	25	Компот из консер. Фруктов	200	17,89	161	0	0	41