

Школа

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

Отд./корп

День

21.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	303	Каша пшенная с тыквой	200	14,56	256	7	8	38
	гор.напиток	11	Чай с сахаром	200	1,47	60	0	0	15
	хлеб	3	Батон обогащенный микронутриентами	50	8,60	134	3	3	25
	Хол. Блюдо	96	Сыр плавленый с маслом сливочным	24	11,31	86	3	8	1
	Сладкое	т/к	Апельсин, творожок Тема, сок фруктовый	400	60,96	236	9	5	38
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	29	Овощи натуральные свежие	100	11,70	17	1	0	3
	1 блюдо	111	Борщ сибирский о сметаной	250	25,72	127	8	6	10
	2 блюдо	386	Рыба, запеченная под молочным соусом	130	62,13	177	9	9	15
	гарнир	473	Пюре картофельное	200	17,19	218	4	9	29
	сладкое	643	Кисель из кураги	200	11,20	117	0	0	25
	хлеб бел.	741	Ватрушка с творожным фаршем	90	11,43	254	11	6	39
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	5,93	107	3	0	21