

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

Отд./корп

День 22.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный и горошек консервированный	200	41,57	303	15	24	6
	гор.напиток	693	Какао с молоком	200	9,05	134	3	3	25
	хлеб	4	Батон обогащенный микронутриентами	15	2,34	38	1	0	7
	Хол. Блюдо	т/к	Бутерброд с сыром	40	12,00	92	2	4	10
	Сладкое	103	Йогурт молочный и яблоко	225	31,94	168	4	4	25
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	Винегрет овощной	100	12,34	75	1	6	4
	1 блюдо	133	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	29,32	156	12	6	15
	2 блюдо	489	Рагу из птицы	300	28,69	370	23	18	27
	гарнир								
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	14,99	86	1	0	20
	хлеб бел.	т/к	Пряники	50	9,30	175	2	2	39
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	5,23	103	3	0	20
	Сладкое	775	Булочка Российская и компот из консервированных фруктов	290	28,23	291	2	7	55
	Фрукты	66	Мандарин	100	17,20	38	0	0	27