

Школа

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

Отд./корп

День

09.04.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 190 | Каша молочная "Дружба" | 200 | 22,94 | 226 | 6 | 8 | 33 |
| | гор.напиток | 692 | Кофейный напиток | 200 | 9,26 | 152 | 3 | 4 | 28 |
| | хлеб | 3 | Бутерброд с сыром и батон нарезной | 55 | 17,09 | 130 | 3 | 4 | 17 |
| | Хол. Блюдо | 2 | Йогурт молочный | 125 | 36,17 | 124 | 4 | 4 | 17 |
| | Фрукты | 66 | Мандарин | 100 | 14,44 | 38 | 0 | 0 | 28 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 42 | Салат из свежих помидоров со сладким перцем | 80 | 17,85 | 85 | 1 | 8 | 3 |
| | 1 блюдо | 132 | Рассольник "Ленинградский" со сметаной и курой | 225 | 17,85 | 106 | 2 | 5 | 14 |
| | 2 блюдо | 277 | Гуляш из отварного мяса | 100 | 74,83 | 141 | 7 | 8 | 11 |
| | гарнир | 219 | Морковь, тушенная с рисом | 200 | 14,00 | 254 | 4 | 12 | 32 |
| | сладкое | 639 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 5,10 | 113 | 0 | 0 | 28 |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | 118 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 48 | 3,28 | 103 | 3 | 0 | 20 |
| | фрукты | т/к | Груша | 100 | 16,89 | 31 | 0 | 0 | 8 |