Школа	ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс	Отд./корп		День	01.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный с помидором свежим	170	43,29	219	11	18	4
	гор.напиток	685	Чай с сахаром и батон нарезной	255	8,22	160	3	1	34
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	40	13,58	92	2	4	10
	холодное	96	Масло сливочное (порциями)	3	3,14	23	0	2	0
	Сладкое	2	Йогурт молочный	125	36,17	124	4	4	17
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	42	Кукуруза консервированная	80	21,65	71	2	2	10
	1 блюдо	91	Щи из квашенной капусты со сметаной и курой	265	26,03	105	5	7	24
	2 блюдо	406	Сердце в соусе	110	50,36	116	10	3	4
	гарнир	205	Макароны отварные	200	15,29	250	7	6	41
	сладкое	25	Компот из плодов консервированных	200	23,49	161	0	0	41
	хлеб бел.	38	Батон обогащенный микронутриентами	50	5,30	103	3	0	20
	хлеб черн.	104	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3,28	103	3	0	20
	фрукты	21	Банан	100	11,10	72	0	0	35