

Школа

ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 5-9 класс

Отд./корп

День

20.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный с кукурузой консервированной	200	60,78	329	16	24	9
	гор.напиток	23	Кофейный напиток	200	10,33	107	2	1	22
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	5,30	134	4	1	27
	Хол. Блюдо	96	Масло сливочное и сыр	35	30,39	146	7	12	0
	сладкое	т/к	Киви	100	15,90	47	0	0	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	27	Огурец свежий	100	13,35	12	1	0	2
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми и гречками и курой	335	17,31	275	13	8	38
	2 блюдо	255	Биточки рыбные запеченные	120	53,97	201	11	6	10
	гарнир	511	Рис отварной	200	18,73	271	5	8	44
	сладкое	643	Кисель из кураги	200	15,38	117	0	0	25
	хлеб бел.	78	Вафли сливочные	60	24,49	165	2	14	30
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,42	107	3	0	21
	гор. Блюдо	587	Соус томатный	50	5,14	37	1	3	3
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	32,31	86	1	0	20