

Школа

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

Отд./корп

День

21.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша жидкая манная с вареньем и маслом сливочным	235	37,01	255	6	12	30
	гор.напиток	685	Чай с сахаром и лимоном	200	4,50	62	0	0	15
	хлеб	4	Батон обогащенный микронутриентами	60	6,59	150	4	1	28
	Хол. блюдо	59	Творожок Тема	95	40,37	106	8	4	10
	Хол. блюдо	337	Яйцо вареное и сыр	70	34,23	171	12	14	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	34	Салат из редьки с овощами	100	16,20	121	2	10	6
	1 блюдо	91	Щи из квашеной капусты с курой и сметаной	5	34,03	124	5	8	8
	2 блюдо	406	Сердце в соусе	100	42,68	89	8	3	3
	гарнир	205	Макароны отварные	230	17,59	287	8	7	47
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	32,31	86	0	0	20
	хлеб бел.	4	Батон обогащенный микронутриентами	25	2,65	67	2	1	13
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	55	3,76	118	4	1	23
	Фрукты	103	Яблоко	100	11,39	44	0	0	9
	сладкое	25	Компот из консервированных фруктов	200	23,49	161	0	0	41