

Школа

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

Отд./корп

День

22.11.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша жидкая	200	21,52	210	7	10	24
	гор.напиток	697	Молоко кипяченое	200	20,50	113	6	5	10
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	45	4,65	112	3	1	21
	Хол. Блюдо	3	Сыр и масло сливочное	45	39,86	184	9	16	0
	Сладкое	т/к	Йогурт молочный	125	36,17	124	4	4	17
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	14	Помидор свежий	100	12,92	22	1	0	4
	1 блюдо	137	Суп картофельный с мясными фрикадельками	325	37,17	180	11	6	21
	2 блюдо	38	Тефтели мясные в соусе смет с томатом	110	47,50	187	7	11	9
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	200	17,50	296	8	13	37
	сладкое	639	Компот из смеси сухофруктов	200	5,10	131	1	0	32
	хлеб бел.	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	5,30	134	4	1	27
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	70	4,56	154	5	1	32
	Сладкое	9	Сок фруктовый	200	32,31	86	0	0	20
	Фрукт	66	Мандарин	100	21,74	38	1	0	28