Школа ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 5-9 класс Отд./корп День 05.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный с помидором свежим	200	49,76	295	14	23	5
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	3,45	60	0	0	15
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	40	15,11	92	2	4	10
	фрукты	т/к	банан	100	18,21	72	0	2	35
	Сладкое	2	Йогурт молочный	125	36,17	124	4	4	17
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	42	Кукуруза консервированная	100	36,99	89	3	2	12
	1 блюдо	91	Щи из квашенной капусты со сметаной и курой	325	34,02	92	2	6	8
	2 блюдо	406	Сердце в соусе	100	58,06	116	10	3	4
	гарнир	205	Макароны отварные	230	17,59	287	8	7	47
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	32,31	86	1	0	20
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	104	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	75	5,13	166	5	1	35