

Школа

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

Отд./корп

День

10.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша пшенная жидкая с маслом сливочным	255	30,24	354	9	15	45
	гор.напиток	693	Какао с молоком	200	13,50	134	3	3	25
	хлеб	2	Батон обогащенный микронутриентами	60	6,56	150	4	1	28
	Хол. Блюдо	97	Сыр	25	21,65	91	6	7	0
	Сладкое	2	Йогурт молочный и яблоко	225	50,75	191	5	4	30
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	14	Помидор свежий	100	12,81	22	1	0	4
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и карт, с говядиной и сметаной	315	32,24	218	8	10	15
	2 блюдо	406	Сердце в соусе	110	51,58	116	10	3	4
	гарнир	205	Макароны отварные	230	17,59	287	8	7	47
	сладкое	638	Компот из плодов и ягод сушеных	200	12,17	124	1	0	29
	хлеб бел.	796	Булочка "Творожная"	90	16,12	259	11	5	42
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,42	107	3	0	21
	хлеб бел.	7	Батон обогащенный микронутриентами	55	5,86	147	4	2	29
	Сладкое	9	Сок фруктовый	200	32,31	86	1	0	20