

Школа

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

Отд./корп

День

12.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	366	Запеканка из творога с молоком сгущ	210	75,56	364	8	15	45
	гор.напиток	693	Какао с молоком	200	13,50	134	3	3	25
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2,65	67	2	1	13
	Фрукты	103	Яблоко	100	11,18	44	0	0	9
	Хол. блюдо	3	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	45	19,81	130	2	8	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	17	Помидор свежий	100	12,28	22	1	0	4
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем и курой	315	14,08	121	7	5	11
	2 блюдо	375	Бефстроганов	100	74,10	203	17	12	5
	гарнир	472	Пюре картофельное	230	18,88	218	4	9	31
	сладкое	9	Сок фруктовый	20	32,31	86	0	0	20
	хлеб бел.	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	50	5,30	134	4	1	27
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	75	5,13	166	5	1	35
	сладкое	21	Банан	100	22,02	72	1	0	35