Школа	ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс	Отд./корп								День	19.12.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша жидкая манная с вареньем и маслом сливочным	233	36,76	217	6	8	30
	гор.напиток	685	Чай с сахаром и лимоном	200	3,16	62	0	0	15
	хлеб	4	Батон обогащенный микронутриентами	25	2,65	67	2	1	13
	Хол. блюдо	59	Творожок Тема	95	40,37	106	8	4	10
	Хол. блюдо	337	Яйцо вареное и сыр	55	21,46	110	8	8	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	34	Салат из редьки с овощами	80	16,39	98	1	9	3
	1 блюдо	91	Щи из квашеной капусты с курой и сметаной	275	29,93	109	5	7	7
	2 блюдо	406	Сердце в соусе	100	42,68	89	8	3	3
	гарнир	205	Макароны отварные	200	15,29	250	7	6	41
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	32,31	86	0	0	20
	хлеб бел.	4	Батон обогащенный микронутриентами	50	5,30	134	4	1	27
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3,28	103	3	0	20
	Фрукты	103	Яблоко	100	11,32	44	0	0	9