

Школа

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

Отд./корп

День

27.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша жидкая	200	22,23	210	7	10	24
	гор.напиток	697	Молоко кипяченое	200	20,22	113	6	5	10
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	55	10,61	147	4	2	29
	Хол. Блюдо	3	Сыр и масло сливочное	30	22,22	129	6	12	0
	Сладкое	т/к	Йогурт молочный	125	47,42	124	4	4	17
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	14	Помидор свежий	100	20,59	22	1	0	4
	1 блюдо	137	Суп картофельный с мясными фрикадельками	325	40,48	180	11	6	21
	2 блюдо	38	Тефтели мясные в соусе смет с томатом	110	49,68	187	7	11	9
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	200	18,23	296	8	13	37
	сладкое	639	Компот из смеси сухофруктов	200	4,85	131	1	0	32
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	6,26	133	4	1	28
	Сладкое	9	Сок фруктовый	200	24,37	86	0	0	20
	Фрукт	66	Мандарин	100	19,64	38	1	0	28