| Школа | ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс | Отд./корп | | День | 28.01.2025 |
|---|---|---|---|---|---|

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 311 | Каша пшеничная молочная | 200 | 19,24 | 199 | 4 | 8 | 26 |
| | гор.напиток | 693 | Какао с молоком | 200 | 14,95 | 134 | 3 | 3 | 25 |
| | хлеб | т/к | Батон обогащенный микронутриентами | 50 | 9,15 | 134 | 4 | 1 | 26 |
| | Хол. Блюдо | 337 | Яйцо отварное | 40 | 12,84 | 63 | 5 | 5 | 0 |
| | Сладкое | т/к | Масло сливочное, сыр и груша | 135 | 48,22 | 177 | 7 | 13 | 7 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 48 | Салат из свеклы с сыром и чесноком | 100 | 14,77 | 224 | 5 | 20 | 7 |
| | 1 блюдо | 135 | Суп из овощей с курой | 250 | 17,65 | 91 | 3 | 4 | 10 |
| | 2 блюдо | 306 | Голубцы ленивые и соус сметанный | 300 | 108,88 | 370 | 21 | 24 | 15 |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | сладкое | 8 | Компот из плодов и ягод сушенных | 200 | 7,66 | 142 | 1 | 0 | 34 |
| | хлеб бел. | 4 | Батон обогащенный микронутриентами | 15 | 2,84 | 38 | 1 | 0 | 7 |
| | хлеб черн. | 118 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 45 | 4,70 | 97 | 3 | 0 | 19 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |