Школа ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 5-9 класс Отд./корп День 29.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	303	Каша пшенная с маслом сливочным	205	22,23	307	8	10	45
	гор.напиток	11	Чай с сахаром	200	3,37	60	0	0	15
	хлеб	3	Батон обогащенный микронутриентами	30	5,49	79	2	1	15
	Хол. Блюдо	96	Сыр плавленый и масло сливочное	43	39,74	86	3	8	1
	Сладкое	т/к	Апельсин, творожок Тема	200	51,87	150	8	4	19
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	29	Овощи натуральные свежие	100	16,82	17	1	0	3
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и карт с говядиной и сметаной	325	36,45	218	8	10	15
	2 блюдо	386	Рыба, запеченная под молочным соусом	110	78,14	157	9	7	6
	гарнир	473	Пюре картофельное	230	25,44	218	4	9	29
	сладкое	643	Кисель из кураги	200	14,69	117	0	0	25
	хлеб бел.	3	Батон обогащенный микронутриентами	25	4,57	67	2	1	13
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	75	7,99	166	5	1	35