Школа	ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс	Отд./корп		День	31.01.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	366	Запеканка из творога с молоком сгущеным	150	59,87	430	19	16	41
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2,03	60	0	0	15
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	45	8,23	112	3	1	21
	Хол. блюдо	3	Сыр и масло сливочное	28	19,92	129	6	12	0
	Фрукты	103	Яблоко	100	14,35	44	0	0	9
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	49	Салат из свеклы с черносливом, орехами и чесноком	80	17,26	208	3	16	12
	1 блюдо	124	Щи из свежей капусты с картофелем и курой	270	15,15	101	6	4	9
	2 блюдо	492	Плов из птицы	280	108,90	401	30	10	48
	гарнир								
	сладкое	642	Кисель из яблок	200	7,72	117	0	0	25
	хлеб бел.	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	15	2,74	38	3	0	20
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	4,73	103	3	0	20