

Школа

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

Отд./корп

День

12.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша пшенная жидкая с маслом сливочным	255	31,69	354	9	15	45
	гор.напиток	693	Какао с молоком	200	12,62	134	3	3	25
	хлеб	2	Батон обогащенный микронутриентами	60	11,82	150	4	1	28
	Хол. Блюдо	97	Сыр	30	19,15	108	7	9	0
	Сладкое	2	Йогурт молочный	125	47,42	124	4	4	17
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	14	Помидор свежий	100	20,40	22	1	0	4
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и карт, с говядиной и сметаной	315	36,45	218	8	10	15
	2 блюдо	406	Сердце в соусе	110	45,62	116	10	3	4
	гарнир	205	Макароны отварные	230	18,99	287	8	7	47
	сладкое	638	Компот из плодов и ягод сушеных	200	10,52	124	1	0	29
	хлеб бел.	796	Булочка "Творожная"	90	17,27	259	11	5	42
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	5,22	107	3	0	21
	хлеб бел.	7	Батон обогащенный микронутриентами	30	5,26	79	2	1	15
	Сладкое	9	Сок фруктовый	200	24,37	86	1	0	20