

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

Отд./корп

День 18.04.2025

18.04.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                       | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 190    | Каша молочная "Дружба" и масло сливочное    | 203      | 28,85 | 249          | 6     | 10   | 33       |
|            | гор.напиток | 692    | Кофейный напиток                            | 200      | 8,53  | 152          | 3     | 4    | 28       |
|            | хлеб        | 3      | Бутерброд с сыром и батон нарезной          | 70       | 19,60 | 171          | 5     | 4    | 25       |
|            | Хол. Блюдо  | 2      | Йогурт молочный                             | 125      | 47,42 | 124          | 4     | 4    | 17       |
|            |             |        |                                             |          |       |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                             |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                             |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                             |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 42     | Салат из свежих помидоров со сладким перцем | 80       | 17,46 | 85           | 1     | 8    | 3        |
|            | 1 блюдо     | 132    | Рассольник "Ленинградский" со сметаной      | 250      | 22,77 | 133          | 3     | 6    | 17       |
|            | 2 блюдо     | 277    | Гуляш из отварного мяса                     | 100      | 78,82 | 141          | 7     | 8    | 11       |
|            | гарнир      | 219    | Морковь, тушеная с рисом                    | 200      | 16,71 | 254          | 4     | 12   | 32       |
|            | сладкое     | 639    | Компот из смеси сухофруктов                 | 200      | 4,85  | 113          | 0     | 0    | 28       |
|            | хлеб бел.   | т/к    | Батон нарезной                              | 60       | 10,88 | 150          | 4     | 1    | 28       |
|            | хлеб черн.  | 118    | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный            | 48       | 5,01  | 103          | 3     | 0    | 20       |
|            |             |        |                                             |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                                             |          |       |              |       |      |          |