

Школа

ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс

Отд./корп

День

13.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	190	Каша молочная "Дружба"	200	22,94	226	6	8	33
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	9,26	152	3	4	28
	хлеб	3	Бутерброд с сыром и батон нарезной	55	17,09	130	3	4	17
	Хол. Блюдо	2	Йогурт молочный	125	36,17	124	4	4	17
	Фрукты	66	Мандарин	100	14,44	38	0	0	28
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	42	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	80	17,85	85	1	8	3
	1 блюдо	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной и курой	225	17,85	106	2	5	14
	2 блюдо	277	Гуляш из отварного мяса	100	74,83	141	7	8	11
	гарнир	219	Морковь, тушенная с рисом	200	14,00	254	4	12	32
	сладкое	639	Компот из смеси сухофруктов	200	5,10	113	0	0	28
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3,28	103	3	0	20
	фрукты	т/к	Груша	100	16,89	31	0	0	8