

Школа

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

Отд./корп

День

14.05.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша жидкая пшеничная	200	18,46	199	4	8	26
	гор.напиток	24	Чай с лимоном	200	6,24	62	0	0	15
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	45	4,82	112	3	1	21
	Хол. Блюдо	97/50	Бутерброд с сыром и йогурт молочный	165	51,81	216	6	7	26
	Фрукты	т/к	Апельсин	100	18,57	38	0	0	8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	29	Овощи натуральные свежие	80	10,62	14	1	0	2
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и карт с говядиной и сметаной	220	25,72	146	5	7	10
	2 блюдо	374	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	54,04	82	9	4	3
	гарнир	520	Пюре картофельное	200	19,56	218	4	9	29
	сладкое	643	Кисель из кураги	200	16,30	117	0	0	25
	хлеб бел.	3	Батон обогащенный микронутриентами	50	5,30	134	4	1	27
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3,28	103	3	0	20
	Фрукты	103	Яблоко	100	14,98	44	0	0	9