

Школа

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

Отд./корп

День

21.03.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша жидкая манная с вареньем и маслом сливочным	235	40,80	255	6	12	30
	гор.напиток	685	Чай с сахаром и лимоном	200	4,49	62	0	0	15
	хлеб	4	Батон обогащенный микронутриентами	75	13,72	201	6	2	29
	Хол. блюдо	59	Творожок Тема	100	31,70	106	8	4	10
	Хол. блюдо	337	Яйцо вареное и сыр	70	31,99	171	12	14	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	34	Салат из редьки с овощами	100	15,94	121	2	10	6
	1 блюдо	91	Щи из квашеной капусты с курой и сметаной	5	31,35	124	5	8	8
	2 блюдо	406	Сердце в соусе	100	45,62	89	8	3	3
	гарнир	205	Макароны отварные	230	18,99	287	8	7	47
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	24,37	86	0	0	20
	хлеб бел.	4	Батон обогащенный микронутриентами	25	4,35	67	2	1	13
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	55	5,74	118	4	1	23
	Фрукты	103	Яблоко	100	13,95	44	0	0	9
	сладкое	25	Компот из консервированных фруктов	200	23,79	161	0	0	41