

Школа

ГБОУ СОШ № 427 Кронштадтского района СПб

Отд./корп

1

День

10.12.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|--|-----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 189 | КАША ОВСЯНАЯ " ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 220/5 | | 265,00 | 13,00 | 11,00 | 32,10 |
| | гор.напиток | 393 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/7 | | 47,00 | 0,60 | 0,00 | 11,00 |
| | хлеб | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25/10 | | 123,00 | 3,30 | 8,00 | 14,00 |
| | фрукты | 20 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 130 | | 55,90 | 1,20 | 0,30 | 10,50 |
| | хлеб | к/к | БАТОН ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | | 57,50 | 1,60 | 1,00 | 10,40 |
| Обед | закуска | 53 | ВИНЕГРЕТ МОРСКОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ | 100 | | 121,70 | 1,20 | 8,80 | 9,10 |
| | 1 блюдо | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ,ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 250/10/10 | | 95,00 | 4,00 | 5,00 | 10,00 |
| | 2 блюдо | ТТК№306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 280 | | 362,00 | 15,40 | 10,50 | 24,40 |
| | напиток | 442 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ | 200 | | 86,50 | 1,00 | 0,30 | 20,00 |
| | хлеб бел. | к/к | БАТОН ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 60 | | 152,00 | 4,20 | 3,00 | 28,00 |
| | хлеб черн. | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 60 | | 78,00 | 2,70 | 1,50 | 17,30 |
| | | 435 | ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5 | 125 | | 93,80 | 3,50 | 3,10 | 13,20 |