

Школа

ГБОУ школа № 613 Московского района Санкт-Петербурга (младшие шк

Отд./корп

День

15.09.2021

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                   | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 225    | Пудинг из творога со сгущенным молоком  | 150      |      | 427          | 23    | 19   | 48       |
|            | гор.напиток | 430    | Чай с сахаром                           | 200      |      | 62           | 0     | 0    | 15       |
|            | хлеб        | янв.00 | Бутерброд с маслом                      | 25       |      | 141          | 2     | 9    | 8        |
|            | фрукты      | 6708   | Фрукты свежие                           | 100      |      | 40           | 0     | 0    | 21       |
|            |             |        | итого завтрак                           |          |      | 63,00        |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |   |          |      |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 50     | Салат "Свеколка"                        | 60       |      | 110          | 5     | 6    | 9        |
|            | 1 блюдо     | 84     | Щи из свежей капусты с курой и сметаной | 200      |      | 86           | 5     | 6    | 14       |
|            | 2 блюдо     | 239    | Биточки рыбные                          | 90       |      | 151          | 12    | 6    | 14       |
|            | гарнир      | 335    | Пюре картофельное                       | 150      |      | 141          | 3     | 5    | 20       |
|            | сладкое     |        |   |          |      |              |       |      |          |
|            | хлеб бел.   | кк     | Батон нарезной обогащенный              | 25       |      | 66           | 2     | 1    | 16       |
|            | хлеб черн.  | кк     | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный        | 25       |      | 51           | 2     | 0    | 11       |
|            | гор.напиток | 394    | Компот из свежих яблок с витамином "С"  | 200      |      | 115          | 0     | 0    | 28       |
|            |             |        | итого обед                              |          |      | 110,00       |       |      |          |