

Школа

ГБОУ СОШ № 427 Кронштадтского района СПб

Отд./корп

1

День

10.09.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--|----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 210 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 220 | | 334,00 | 12,00 | 15,50 | 40,00 |
| | гор.напиток | 397 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | | 112,00 | 4,10 | 3,50 | 15,70 |
| | хлеб | к/к | БАТОН ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | | 57,50 | 1,60 | 1,00 | 10,40 |
| | | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 25/10 | | 123,00 | 3,30 | 8,00 | 14,00 |
| Завтрак 2 | фрукты | 368 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 115 | | 54,10 | 0,50 | 0,50 | 11,30 |
| Обед | закуска | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 100 | | 84,90 | 1,40 | 5,20 | 8,10 |
| | 1 блюдо | 110 | БУЛЬОН С ЛАПШОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ И ПТИЦЕЙ | 250/10 | | 130,00 | 4,40 | 2,00 | 16,00 |
| | 2 блюдо | 256 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ | 120/50 | | 143,80 | 15,00 | 13,60 | 22,80 |
| | гарнир | 325 | РИС ОТВАРНОЙ | 180/5 | | 234,00 | 5,50 | 7,70 | 36,00 |
| | сладкое | к/к | НАПИТОК ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 200 | | 40,00 | 0,00 | 0,00 | 9,00 |
| | хлеб черн. | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 60 | | 78,00 | 2,70 | 1,50 | 17,30 |
| | | к/к | БАТОН ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | | 114,00 | 3,20 | 2,00 | 20,50 |