

Школа

ГБОУ СОШ №381 Кировского района Санкт-Петербурга

Отд./корп

День

6

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб	3	Бутерброд с сыром	40	98,37	117,00	8,70	8,40	14,58
	гор.блюдо	189	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	160		225,00	1,98	4,60	24,50
	напиток	ТК № 206	Какао с молоком	180		80,55	3,48	2,79	10,08
	хлеб	ТК № 197	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25		87,92	1,57	0,61	14,87
	кисломол.	ТК № 199	Йогурт 2,5% жирности	125		70,64	3,50	3,13	5,64
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	40	Салат из квашеной капусты с маслом растительным	60	147,51	45,64	0,64	2,06	3,96
	1 блюдо	98/228	Суп картофельный с крупой и рыбой	200/20		128,00	4,87	2,80	20,40
	2 блюдо	273	Котлеты, биточки (особые)	90		264,06	13,98	12,00	12,73
	гарнир	ТК № 350	Овощи тушеные	150		147,16	2,63	8,16	26,17
	напиток	442	Сок фруктовый	180		77,40	0,90	0,18	18,18
	хлеб	ТК № 197	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20		70,33	1,25	0,49	8,57
	хлеб	ТК № 198	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		81,58	2,65	0,35	16,96