

Школа

ГБОУ школа № 308 Центрального района Санкт-Петербурга

Отд./корп

День

4

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	Макароны отварные с сыром	160		248	11,66	12,14	20,34
	гор.напиток	424	Чай с джемом	200		58	0,22	0,08	14,16
	хлеб	1	Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	25		65	1,93	0,75	12,53
	сладости	171	Печенье	20		88	1,40	2,60	14,60
	фрукты	403	Яблоки	100		44	0,40	0,40	9,80
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	51	Винегрет овощной	60		76	0,73	6,10	4,40
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем и птицей	205		88	2,79	5,33	7,28
	2 блюдо	271	Котлеты домашние	90		212	12,84	9,50	10,84
	гарнир	181	Каша гречневая рассыпчатая	150		209	5,72	4,41	39,44
	сладкое								
	хлеб бел.	1	Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	25		65	1,93	0,75	12,53
	хлеб черн.	2	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		78	2,64	0,48	15,80
	напиток	484	Сок мультифрукт	200		80	0,20	0,00	19,00