

Школа ГБОУ школа № 308 Центрального района Санкт-Петербурга Отд./корп День 5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	190	Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба"	180		255	7,01	9,70	31,55
	гор.напиток	423	Чай с лимоном и сахаром (1 вариант)	200		42	0,18	0,04	10,14
	хлеб	1	Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	25		65	1,93	0,75	12,53
	фрукты	399	Мандарины	100		35	0,80	0,20	7,50
	закуска	213	Яйцо вареное	60		79	6,35	5,75	5,35
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	41/71	Салат витаминный (1-й вариант)/Помидоры натуральные свежие с 01.03	60		57	0,68	3,11	6,53
	1 блюдо	96	Рассольник ленинградский со свининой	205		109	1,93	5,06	13,71
	2 блюдо	45	Суфле из рыбы	90		168	12,46	9,16	2,37
	гарнир	333	Картофель отварной	150		153	3,03	4,74	24,50
	сладкое								
	хлеб бел.	1	Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	15		39	1,16	0,45	7,52
	хлеб черн.	2	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		78	2,64	0,48	15,80
	молоч.прод.	3	Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%	100		107	3,10	2,50	18,00
	напиток	401	Компот из изюма	200		101	0,46	0,10	28,14