

Школа

СОШ №660 ЗЦ ДЮТ «ЗЕРКАЛЬНЫЙ»

Отд./корп

День

30.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша вяз мол из пшеничн крупы с вареньем	180	22,59	262	8	6	45
	гор.напиток		Йогурт молочный натуральный	125	42,68	0	0	0	0
	хлеб		Кофейный напиток с молоком	200	14,73	120	4	4	18
			Бутерброд с маслом	40	19,14	136	2	7	15
			Сыр (порциями)	15	15,36	51	4	4	0
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Салат из свежих овощей	50	15,74	40	0	4	2
	1 блюдо		Суп картоф с мясными фрикадельками	200	44,14	79	8	4	1
	2 блюдо		Гуляш из говядины	76	73,95	109	12	6	1
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	150	15,18	256	8	6	41
	сладкое		Напиток клюквенный	200	17,22	85	0	0	22
	хлеб бел.								
	хлеб черн.		Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	50	5,57	101	4	1	0