Школа

ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 5-9 класс

Отд./корп

День

02.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный с помидором свежим	200	67,78	295	14	23	5
	гор.напиток	416	Какао с молоком	200	13,85	60	0	0	15
	хлеб	79	Батон нарезной обогащенный	75	13,72	134	4	1	26
	хол. Блюдо	3	Сыр и масло сливочное	30	22,22	129	6	12	0
	Фрукты	21	Яблоко	100	16,40	72	1	0	35
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	42	Кукуруза консервированная	100	17,86	89	3	2	12
	1 блюдо	91	Щи из квашенной капусты со сметаной и курой	325	30,49	92	2	6	8
	2 блюдо	437	Гуляш из говядины	110	102,64	116	10	3	4
	гарнир	205	Макароны отварные	200	17,08	287	8	7	47
	сладкое	9	Компот из плодов или ягод сушеных	200	7,66	86	1	0	20
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	104	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	75	7,83	166	5	1	35
	Фрукты	66	Киви	100	18,24	38	1	0	28