

Школа ГБОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс

Отд./корп

День 24.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша жидкая овсяная и масло сливочное	210	37,82	284	7	16	24
	гор.напиток	697	Молоко кипяченое	200	20,11	113	6	5	10
	хлеб	38	Батон обогащенный микронутриентами	50	9,15	134	3	1	21
	Хол. Блюдо	2	Йогурт молочный	125	47,42	124	3	3	16
	сладкое								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	17	Помидор свежий	80	16,42	14	1	0	2
	1 блюдо	137	Суп картофельный с мясными фрикадельками	265	26,66	130	7	3	18
	2 блюдо	38	Тефтели мясные в соусе сметан с томатами	110	49,98	198	16	13	4
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,67	206	3	4	38
	сладкое	639	Компот из смеси сухофруктов	200	4,85	131	0	0	30
	хлеб бел.	3	Батон,обогащенный микронутриентами	50	9,15	134	3	1	26
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	5,24	103	3	0	19
	сладкое	66	Мандарин	100	21,46	62	1	0	27
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	24,37	86	1	0	19