

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

Отд./корп

День 30.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша пшеничная молочная жидкая	200	19,24	199	4	8	26
	гор.напиток	693	Какао с молоком	200	13,97	113	6	5	10
	хлеб	38	Батон обогащенный микронутриентами	15	2,74	38	1	0	7
	Хол. Блюдо	2	Йогурт молочный, бутерброд с сыром	165	66,72	124	3	3	16
	сладкое		Зефир	30	11,83	101	2	0	25
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	17	Помидор свежий	80	8,13	14	1	0	2
			Щи из свежей капусты с картоф со сметаной и курой	265	14,66	101	5	4	8
	1 блюдо	88							
	2 блюдо	431	Печень по-строгановски	100	52,73	198	16	13	4
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	180	16,41	234	16	16	4
	сладкое	639	Компот из смеси сухофруктов	200	11,98	103	0	0	25
	хлеб бел.	3	Батон,обогащенный микронутриентами	50	9,15	134	3	1	26
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	4,85	103	3	0	19
	сладкое	66	Мандарин	100	29,52	62	1	0	27
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	24,37	86	1	0	19