

Школа

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

Отд./корп

День

21.09.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	340	Омлет натуральный с зеленым горошком	190	69,70	284	15	23	3
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	3,45	60	0	0	15
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	4,57	67	2	1	13
	Хол. Блюдо	3	Бутерброд с сыром	40	19,26	92	2	4	9
	сладкое	т/к	Апельсин	100	17,52	38	0	4	8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	14	Помидор свежий	80	16,42	18	1	0	3
	1 блюдо	133	Суп картофельный с кур фрикадельками	265	21,09	132	10	7	19
	2 блюдо	306	Голубцы ленивые и соус сметанный	280	103,47	386	23	25	14
	гарнир								
	сладкое	638	Кисель из кураги	200	11,76	117	0	0	25
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	55	5,39	122	4	1	25
	сладкое	741	Ватрушка с повидлом	50	13,67	142	3	1	130