

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

Отд./корп

День 22.10.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	366	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200	78,51	376	30	15	27
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	16,59	139	5	4	21
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	15	2,74	38	1	0	7
	Хол. Блюдо	3	Бутерброд с сыром, масло сливочное	70	36,76	138	3	5	14
	сладкое								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	Винегрет овощной	100	15,14	60	1	6	4
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картоф со сметаной и курой	315	17,90	121	6	5	10
	2 блюдо	431	Печень по-строгановски	130	68,06	296	7	12	36
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	200	18,23	234	16	16	4
	сладкое	639	Компот из плодов консервированных	200	23,79	161	0	0	40
	хлеб бел.	3	Батон,обогащенный микронутриентами	55	7,32	134	3	1	26
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	75	5,68	166	4	1	34
	сладкое	66	Мандарин	100	21,31	62	1	0	27
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	24,37	86	1	0	19