

Школа

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

Отд./корп

День

20.11.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	362	Пудинг из творога со сгущенным молоком	210	82,16	423	24	16	44
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	3,45	60	0	0	15
	хлеб	т/к	Батон нарезной	25	4,57	67	2	1	13
	Хол. Блюдо	337	Яйцо вареное, масло сливочное, сыр	62	30,47	162	8	13	1
	Фрукты	103	Яблоко	100	13,95	31	0	0	7
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	24	Салат полонынский	100	24,47	144	4	4	6
	1 блюдо	99	Суп из овощей с курой и сметаной	315	25,71	129	6	5	12
	2 блюдо	306/600	Голубцы ленивые с соусом сметанным	280	111,94	386	23	25	14
	гарнир								
	сладкое	8	Компот из плодов или ягод сушеных	200	9,46	142	1	0	34
	хлеб бел.	т/к	Батон нарезной	40	7,32	87	2	1	16
	хлеб черн.	104	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	6,26	100	3	0	19
	Сладкое	т/к	Ватрушка с джемом	60	16,64	312	4	14	40