

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

26.11.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	303	Каша молочная "Дружба" , масло сливочное	227	37,33	307	8	10	45
	гор.напиток	6	Какао с молоком	200	13,77	60	0	0	15
	хлеб	3	Батон обогащенный микронутриентами	60	10,98	150	4	1	28
	Хол. Блюдо	97/337	Сыр ,яйцо вареное	80	39,20	86	3	8	1
	Сладкое	т/к	Яблоко, печенье	150	33,12	44	0	0	9
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	14	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	18,48	82	1	7	3
	1 блюдо	110	Борщ с капустой и карт с говядиной и сметаной	330	43,43	218	7	10	15
	2 блюдо	306	Биточки паровые	100	76,05	180	13	10	8
	гарнир	334	Рис отварной с овощами	200	22,10	270	5	8	44
	сладкое	638	Компот из плодов или ягод сушеных	200	7,66	142	1	0	34
	хлеб бел.		Батон, обогащенный микронутриентами	30	5,23	79	2	1	15
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	65	6,79	144	4	1	30
	сладкое	т/к	Мандарин	100	22,06	38	1	0	27