

Школа	ГБОУ "СПб ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс	Отд./корп		День	28.11.2025
-------	--	-----------	--	------	------------

Отд./корп	
-----------	--

День 28.11.2025

28.11.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный с помидором свежим	200	57,61	284	14	23	4
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2,07	60	0	0	15
	хлеб	79	Батон нарезной обогащенный	50	9,15	134	4	1	26
	холодное	3	Сыр и масло сливочное	32	23,81	193	6	12	0
	фрукты		Апельсин	100	21,86	38	1	0	8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50	Огурец свежий	50	6,89	7	0	2	10
	1 блюдо	91	Щи из квашенной капусты со сметаной и курой	265	27,02	144	7	8	9
	2 блюдо	431	Печень по-строгановски	110	74,72	198	16	13	4
	гарнир	205	Макароны отварные	180	14,86	225	7	6	38
	сладкое	637	Компот из консервированных фруктов	200	23,79	161	0	0	41
	хлеб бел.	38	Батон обогащенный микронутриентами	40	7,32	67	2	1	13
	хлеб черн.	104	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	5,01	103	3	0	20
	фрукты	21	Булочка Веснушка	70	12,19	212	5	4	38