

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

Отд./корп

День 05.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный	150	54,59	284	14	23	3
	гор.напиток	23	Кофейный напиток	200	12,71	107	2	1	22
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	55	10,06	147	4	1	29
	Хол. Блюдо	96	Масло сливочное и сыр	40	31,04	182	7	18	1
	сладкое	т/к	Груша	100	26,20	47	0	0	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	27	Огурец свежий	100	13,37	12	1	0	2
	1 блюдо	87/551	Суп картофельный с мясными фрикадельками	345	40,48	275	13	8	38
	2 блюдо	271	Котлета домашняя	120	66,60	269	21	13	13
	гарнир	511	Капуста тушеная	220	23,41	271	5	8	44
	сладкое	9	Компот из апельсинов	200	12,30	119	0	0	30
	хлеб бел.	33	Булочка творожная	50	21,23	86	1	0	20
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	5,22	107	3	0	21
	гор. Блюдо								
	сладкое	66	Мандарин	100	19,19	38	1	0	27