

Школа	ГБОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс	Отд./корп		День	15.01.2026
-------	--	-----------	--	------	------------

Отд./корп		День	15.01.2026
-----------	--	------	------------

День 15.01.2026

15.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	11	Каша манная с вареньем, с маслом сливочным	200	35,81	230	6	9	30
	гор.напиток	685	Чай с лимоном	200	3,19	60	0	0	15
	хлеб	3	Батон обогащенный микронутриентами	30	5,49	67	2	1	13
	Хол. Блюдо	32/2	Сыр, яйцо вареное	55	22,59	175	5	7	17
	сладкое		Йогурт молочный	125	47,42				
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	246	Салат из редьки с овощами	80	16,44	18	1	0	3
	1 блюдо	82	Щи по-уральски с крупой и курой	265	36,53	84	3	5	5
	2 блюдо	406	Сердце в соусе	100	47,51	116	10	3	4
	гарнир	205	Макароны отварные	200	16,51	250	7	6	41
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	24,37	86	1	0	20
	хлеб бел.	8	Батон, обогащенный микронутриентами	35	6,40	87	2	1	16
	хлеб черн.	104	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	5,01	103	3	0	20
	фрукты		Банан	100	19,03	44	0	0	9