

Приложение № 5 к приказу ГБНОУ "СПб ГДТЮ"
от 22.09.2025 № 2661-од

УТВЕРЖДАЮ



Генеральный директор
ГБНОУ "СПб ГДТЮ"

М.Р.Катунова

2025г.

ПРИМЕРНОЕ ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

рационов горячего питания (завтрак, обед) для обеспечения льготным питанием
учащихся старших классов стоимостью 336 руб.40 копеек

(завтрак 134,60 руб., обед-201,80 руб.) средней общеобразовательной школы №660
Загородного центра детско-юношеского творчества

"Зеркальный"

Государственного бюджетного нетипового образовательного учреждения

"Санкт-Петербургский городской Дворец творчества юных")

СОГЛАСОВАНО
и.о. директора
ЗЦДЮТ "Зеркальный"



П.Б.Гриша

Школа

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

Отд./корп

День

1

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	358	Сырники с молоком сгущенным	200	92,38	715	25	33	36
	гор.напиток	685	Чай с с сахаром	200	2,07	60	0	0	15
	хлеб	т/к	Батон, обогащенный микронутриентами	50	10,76	134	4	1	27
	Хол. блюдо	32	Сыр плавленый, масло сливочное	30	29,39	125	16	4	2
	Сладкое								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	27	Огурец свежий	100	13,52	12	1	0	2
			Суп картофельный с бобовыми, курой и						
	1 блюдо	87	гренками	335	35,87	169	6	5	19
	2 блюдо	444	Птица, тушеная в соусе(индейка)	125	80,70	177	9	13	11
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	200	18,23	296	4	6	45
	сладкое	642	Кисель из яблок	200	7,72	117	0	0	25
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный	65	5,87	144	4	1	30
		70	Киви	100	17,93	47	0	0	10
	Сладкое	808	Корж молочный	50	21,96	186	3	6	31

Школа

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

Отд./корп

День

2

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный с помидором свежим	215	69,69	340	15	26	3
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2,07	60	0	0	15
	хлеб	79	Батон нарезной обогащенный	75	13,72	201	5	2	39
	хол. Блюдо	3	Сыр и масло сливочное	35	27,26	193	6	12	0
	Фрукты		Апельсин	100	21,86	38	1	0	8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	50	Огурец свежий	80	10,70	10	1	0	2
	1 блюдо	91	Щи из квашенной капусты со сметаной и курой	330	30,95	187	8	9	10
	2 блюдо	437	Гуляш из говядины	110	90,68	130	14	6	4
	гарнир	205	Макароны отварные	200	16,51	225	7	6	38
	сладкое	637	Компот из консервированных фруктов	200	23,79	161	0	0	41
	хлеб бел.	38	Батон обогащенный микронутриентами	50	9,15	134	4	1	26
	хлеб черн.	104	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	75	7,83	103	3	0	20
	Фрукты	21	Булочка Веснушка	70	12,19	212	5	4	38

Школа

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

Отд./корп

День

3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша жидккая овсяная и масло сливочное	205	27,98	248	7	13	24
	гор.напиток	416	Какао с молоком	200	14,17	128	4	5	18
	хлеб	38	Сыр,Батон обогащенный микронутриентами	60	27,45	150	4	1	28
	Хол. Блюдо	2	Бутерброд с джемом	40	17,58	195	6	9	22
	сладкое	т/к	Йогурт молочный	125	47,42	124	4	4	17
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	29	Овощи натуральные свежие	100	17,53	17	1	0	3
	1 блюдо	77	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	285	45,96	130	7	3	18
	2 блюдо	503	Котлеты рубленые из птицы	110	59,23	218	18	14	4
	гарнир	224	Рагу из овощей	230	36,64	256	5	18	19
	сладкое	527	Компот из плодов или ягод сушеных	200	7,66	142	0	0	34
	хлеб бел.	3	Батон обогащенный микронутриентами	30	5,49	79	2	1	15
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	75	7,83	166	5	1	34
	сладкое	103	Фрукт -яблоко	100	21,46	44	0	0	9

Школа

П. Юу "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 5-9 класс

Отд./корп

День

4

Школа

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

Отд./корп

День

5

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша пшеничная жидккая с маслом сливочным	215	35,70	354	9	15	45
	гор.напиток	693	Какао с молоком	200	12,56	134	3	3	25
	хлеб	2	Батон обогащенный микронутриентами	60	11,82	150	4	1	28
	Хол. Блюдо	97	Бутерброд с сыром, яйцо вареное	80	27,30	108	7	9	0
	Сладкое	2	Йогурт молочный	125	47,42	124	4	4	17
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	14	Огурец свежий	80	10,70	10	1	0	3
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и карт, с говядиной и сметаной	325	45,76	218	7	9	15
	2 блюдо	406	Сердце в соусе	120	73,33	116	10	3	4
	гарнир	205	Макароны отварные	230	19,77	287	8	7	47
	сладкое	638	Компот из плодов и ягод сушеных	200	10,06	124	1	0	29
	хлеб бел.	4	Батон обогащенный	30	5,49	79	2	115	42
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4,90	107	3	0	20
	хлеб бел.	786	Булочка Творожная	50	11,22	144	6	3	23
	Сладкое	70	Киви	100	20,57	47	0	0	10

Школа ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗС ДЮТ "Зеркальный" № 660, 5-9 класс Отд./корп

Отд./корп

День 6

Школа

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

Отд./корп

День

7

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	366	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200	78,51	376	30	15	27
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	16,59	139	5	4	21
	хлеб	т/к	Батон обогащенный микронутриентами	15	2,74	38	1	0	7
	Хол. Блюдо	3	Бутерброд с сыром, масло сливочное	70	36,76	138	3	5	14
	сладкое								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	14	Помидор свежий	100	20,58	22	1	0	4
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картоф со сметаной и курой	315	17,90	121	6	5	10
	2 блюдо	431	Печень по-строгановски	130	73,66	296	7	12	36
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	200	18,23	234	16	16	4
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	24,37	86	1	0	19
	хлеб бел.	3	Батон,обогащенный микронутриентами	55	7,32	134	3	1	26
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	75	5,68	166	4	1	34
	сладкое	66	Мандарин	100	21,31	62	1	0	27
	сладкое	768	Булочка с орехами	50	12,75	138	3	4	22

Школа

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

Отд./корп

День

8

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша вязкая рисовая на св молоке с маслом сливочным	230	29,84	342	6	11	49
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	3,45	0	0	15	60
	хлеб	т/к	Батон, обогащенный микронутриентами	50	9,15	100	3	1	19
	хол. Блюдо	3	Бутерброд с сыром, йогурт молочный	185	77,59	262	7	8	30
	сладкое	т/к	Яблоко	100	14,57	95	3	0	19
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	40	Салат витаминный	100	19,24	82	1	4	11
	1 блюдо	93	Суп любительский с курой	315	25,46	181	2	30	12
	2 блюдо	451	Котлеты, биточки, шницели	100	83,32	225	14	14	11
	гарнир	224	Ragu из овощей	220	34,38	157	4	8	18
	сладкое	631	Компот из свежих яблок	200	7,96	115	0	0	27
	хлеб бел.	38	Батон обогащенный микронутриентами	35	6,40	38	1	0	7
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	6,26	103	3	0	20
	фрукты	т/к	Апельсин	100	18,78	38	1	0	8

Школа

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

Отд./корп

День

9

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	190	Каша молочная "Дружба", масло сливочное	230	39,49	323	7	19	110
	гор.напиток	125	Кофейный напиток	200	12,71	107	2	1	22
	хлеб	3	Батон, обогащенный микронутриентами	50	9,15	134	4	1	26
	хол. Блюдо	38	Бутерброд с сыром	60	31,14	105	3	5	11
	сладкое	т/к	Сок, киви	300	42,11	133	1	1	30
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	22	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100	24,02	106	1	10	4
	1 блюдо	83/112	Суп картофельный с мясными фрикадельками	325	50,02	151	8	5	28
	2 блюдо	500	Котлеты из птицы, соус сметанный с томатом	150	70,28	224	17	12	11
	гарнир	332	Макароны отварные	200	16,51	250	7	6	41
	сладкое	638	Компот из изюма	200	7,66	116	1	0	28
	хлеб бел.	741	Ватрушка створожным фаршем	50	10,80	141	6	3	21
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	75	7,83	166	5	1	35
	сладкое	т/к	Зефир	40	14,68	147	0	0	18

Школа

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

Отд./корп

День

10

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша молочная пшеничная, масло сливочное	220	34,63	254	8	9	35
	гор.напиток	418	Какао с молоком	200	14,17	128	4	5	18
	хлеб	3	Батон, обогащенный микронутриентами	55	10,06	134	4	1	29
	хол. Блюдо	337	Яйцо вареное, йогурт молочный	165	60,26	63	5	5	0
	сладкое	т/к	Яблоко	100	15,48	124	4	4	17
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	17	Помидор свежий	100	20,53	106	1	0	3
	1 блюдо	83/112	Борщ с капустой и картофелем с говядиной со сметаной	325	39,09	218	8	10	15
	2 блюдо	374	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	62,21	123	13	6	5
	гарнир	472	Пюре картофельное	230	23,69	248	5	11	34
	сладкое	638	Компот из кураги	200	12,54	117	0	0	25
	хлеб бел.	741	Корж молочный	50	11,18	144	6	3	23
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	75	8,56	166	5	1	35
	сладкое	т/к	Мандарин	100	24,00	38	0	0	27

Школа

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

Отд./корп

День

11

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
			Суп картофельный с бобовыми и гренками и						
	1 блюдо	102	курой	345	27,32	275	13	8	38
	2 блюдо	500	Биточки рубленые из птицы паровые	120	69,74	269	21	13	13
	гарнир	511	Рис отварной	200	17,59	271	5	8	44
	сладкое	646	Кисель из сиропа плодового или ягодного	200	20,18	119	0	0	30
	хлеб бел.	741	Ватрушка с творожным фаршем	50	18,90	254	11	6	39
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	5,22	107	3	0	21
	гор. Блюдо	587	Соус томатный	50	5,11	37	1	3	3
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	24,37	86	1	0	20

Школа

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

Отд./корп

День

12

Школа

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

Отд./корп

День

13

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	311	Каша жидккая овсяная и масло сливочное	230	39,22	301	7	16	24
	гор.напиток	697	Молоко кипяченое	200	20,37	113	6	5	10
	хлеб	38	Батон обогащенный микронутриентами	60	10,98	134	3	1	21
	Хол. Блюдо	2	Йогурт молочный, сыр сырочный тв сортов	150	64,03	215	11	10	16
	сладкое								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	17	Помидор свежий	100	20,59	22	1	0	2
	1 блюдо	137	Суп картофельный с мясными фрикадельками	325	35,79	180	10	6	20
	2 блюдо	431	Печень по-строгановски	120	62,36	265	21	15	9
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	200	18,23	296	7	12	36
	сладкое	631	Компот из свежих яблок	200	11,49	131	0	0	30
	хлеб бел.	3	Батон, обогащенный микронутриентами	40	7,32	134	3	1	26
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	6,26	103	3	0	19
	сладкое	66	Мандарин	100	24,31	62	1	0	27
	сладкое	450	Булочка ванильная	90	15,45	38	1	0	27

Школа

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

Отд./корп

День

14

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	29	Салат из свеклы с сыром	100	18,83	224	4	19	7
	1 блюдо	99	Суп из овощей с курой и сметаной	315	24,32	129	6	5	12
	2 блюдо	306/600	Голубцы ленивые с соусом сметанным	280	107,14	386	23	25	14
	гарнир								
	сладкое	8	Компот из плодов или ягод сушеных	200	7,66	142	1	0	34
	хлеб бел.	т/к	Батон нарезной	40	7,32	87	2	1	16
	хлеб черн.	104	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	5,22	97	3	0	18
	Сладкое	т/к	Полоска песочная с джемом	70	31,31	312	4	14	40

Школа

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

Отд./корп

День

15

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	303	Каша пшенная на свежем молоке	205	22,23	307	8	10	45
	гор.напиток	11	Чай с сахаром	200	3,45	60	0	0	15
	хлеб	3	Батон обогащенный микронутриентами	30	5,49	79	2	1	15
	Хол. Блюдо	96	Сыр плавленый и масло сливочное	48	45,21	86	3	8	1
	Сладкое	т/к	Мандарин, творожок Тема	200	58,22	150	8	4	19
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	14	Помидор свежий	100	20,53	17	1	0	3
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и карт с говядиной и сметаной	325	40,22	218	8	10	15
	2 блюдо	255/587	Биточки рыбные запеченные, соус томатный	150	90,28	157	9	7	6
	гарнир	473	Рис отварной	200	17,64	218	4	9	29
	сладкое	638	Компот из кураги	200	12,54	117	0	0	25
	хлеб бел.	3	Батон обогащенный микронутриентами	25	4,57	67	2	1	13
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	5,22	107	3	0	21
	сладкое	741	Ватрушка с творожным фаршем	50	10,80	141	6	3	21

Школа

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

Отд./корп

День

16

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный и помидор свежий	210	59,91	303	16	24	6
	гор.напиток	693	Какао с молоком	200	14,41	134	3	3	25
	хлеб	4	Батон обогащенный микронутриентами	50	9,15	79	2	1	15
	Хол. Блюдо	97	Сыр (порциями)	25	16,47	47	3	4	0
	Фрукты	103	Груша	100	34,66	44	0	0	9
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	Винегрет овощной	100	26,02	75	1	6	4
	1 блюдо	90	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	280	33,62	130	7	3	18
	2 блюдо	489	Рагу из птицы	300	65,45	370	23	18	27
	гарнир								
	сладкое	25	компот из консервированных фруктов	200	23,79	161	0	0	41
	хлеб бел.	4	Батон обогащенный микронутриентами	50	9,15	134	4	1	26
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	6,26	133	4	1	28
	сладкое		Булочка российская	90	15,81	291	2	7	55
	Фрукты	66	Апельсин	100	21,70	38	0	0	28

Школа

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

Отд./корп

День

12

Школа

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

Отд./корп

День

18

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	333	Макароны с сыром	250	48,93	469	12	26	40
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	13,98	130	5	4	18
	хлеб	2	Бутерброд с джемом и батон нарезной с маслом сливочным	90	36,82	304	5	10	45
	фрукты	70	Киви	100	19,65	47	0	0	10
	Сладкое	т/к	Сушка	50	15,22	190	5	3	36
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	45	Салат витаминный	100	15,96	176	2	15	9
	1 блюдо	110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и курой	315	28,19	159	4	7	21
	2 блюдо	505	Кнели из кур (паровые)	100	70,26	253	20	16	6
	гарнир	526	Овощи в молочном соусе	230	25,06	181	5	9	20
	сладкое	9	Сок фруктовый	200	24,37	142	1	0	34
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	6,26	154	5	1	32
	сладкое	59	Творог обогащенный для детского питания	100	31,70	112	8	4	11

Школа

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

Отд./кор

День

15

Школа

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

Отд./корп

День

20

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	358	Сырники с молоком сгущенным	200	92,38	715	25	33	36
	гор.напиток	685	Чай с сахаром	200	2,07	60	0	0	15
	хлеб	т/к	Батон, обогащенный микронутриентами	50	10,76	134	4	1	27
	Хол. блюдо	32	Сыр плавленый, масло сливочное	30	29,39	125	16	4	2
	Сладкое								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	27	Огурец свежий	100	13,52	12	1	0	2
			Суп картофельный с бобовыми, курой и гренками						
	1 блюдо	87		335	35,87	169	6	5	19
	2 блюдо	444	Птица, тушеная в соусе(индейка)	125	80,70	177	9	13	11
	гарнир	508	Каша гречневая рассыпчатая	200	18,23	296	4	6	45
	сладкое	642	Кисель из яблок	200	7,72	117	0	0	25
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный	65	5,87	144	4	1	30
		70	Киви	100	17,93	47	0	0	10
	Сладкое	808	Корж молочный	50	21,96	186	3	6	31