Школа	ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 5-9 класс	Отд./корп		День	10.10.2025

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 запеченые, 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