

Школа	ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс	Отд./корп		День	09.12.2025
-------	---	-----------	--	------	------------

Отд./корп		День	09.12.2025
-----------	--	------	------------

День 09.12.2025

09.12.2025

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	303	Каша пшенная на свежем молоке	205	22,27	307	8	10	45
	гор.напиток	11	Чай с сахаром	200	2,07	60	0	0	15
	хлеб	3	Батон обогащенный микронутриентами	40	7,32	100	3	0	19
	Хол. Блюдо	96	Сыр плавленый и масло сливочное	24	22,52	86	3	8	1
	Сладкое	т/к	Мандарин, творожок Тема	200	60,32	150	8	4	19
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	14	Помидор свежий	80	17,14	14	1	0	2
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и карт с говядиной и сметаной	275	37,13	182	6	8	13
	2 блюдо	255/587	Биточки рыбные запеченные	110	73,20	157	9	7	6
	гарнир	473	Рис отварной	150	14,66	218	4	9	29
	сладкое	638	Компот из кураги	200	12,52	117	0	0	25
	хлеб бел.	741	Ватрушка с творожным фаршем	50	10,80	141	6	3	21
	хлеб черн.	т/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	6,35	133	4	1	28