



Администрация Московского района Санкт-Петербурга
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 544 Московского района Санкт-Петербурга
196240, г. Санкт-Петербург, 5-й Предпортовый проезд, дом 6, кор. 1

Утверждаю

Директор ГБОУ № 544

с углубленным изучением английского языка



А. А. Бушмакина

Меню

Школьника ГБОУ № 544
с углубленным изучением английского языка
(1-4 классы) на 14 октября 2021 год

Завтрак

Наименование блюда	Выход, гр.	Б	Ж	У	Ккал
Бутерброд с повидлом	40	1,20	4,30	22,00	132,00
Запеканка из творога	150	26,60	15,60	24,20	332,00
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00
Мандарин свежий	100	0,80	0,00	7,50	38,00
Итого за завтрак:		30,10	21,20	76,10	609,00

Обед

Наименование блюда	Выход, гр.	Б	Ж	У	Ккал
Салат из квашеной капусты с репчатым луком	60	0,96	3,06	4,62	49,80
Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	200/5/10	2,88	6,64	12,76	104,80
Рыба запеченная в сметанном соусе (гарнир-картофель отварной)	230	14,12	14,22	22,90	304,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	12,99	71,89
Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00
Вафли обогащенные	30				
Итого за обед:		24,16	27,98	121,57	844,09
Итого за день:		54,26	49,18	197,67	1453,09