



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. I

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 19 октября 2021 год

Завтрак

Наименование блюда	Выход, гр.	Б	Ж	У	Ккал
Бутерброд с сыром	35	4,50	8,70	7,40	131,00
Запеканка рисовая с творогом	150	8,50	11,00	52,64	317,00
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:		15,30	21,00	89,94	593,00

Обед

Наименование блюда	Выход, гр.	Б	Ж	У	Ккал
Салат из сыра, яблок и огурцов	60	5,46	8,22	2,10	104,40
Суп крестьянский с крупой и говядиной	200/10	4,16	5,70	10,52	113,20
Рыба, припущенная в молоке	90	10,87	4,01	2,53	90,10
Картофель отварной	150	2,90	4,70	23,50	148,00
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 изюма	200	0,50	0,10	28,10	116,00
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5 %	1/100	3,70	2,50	4,90	87,00
Итого за обед:		32,79	28,09	105,04	822,60
Итого за день:		48,09	49,09	194,98	1415,60