



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 27 сентября 2021 год

Завтрак

| Наименование блюда | Выход, гр | Б | Ж | У | Ккал |
|---------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| Закрытый бутерброд с сыром | 60 | 6,80 | 14,4 | 14,8 | 216,00 |
| Каша «Янтарная» /из пшена с яблоками/ | 150 | 5,00 | 7,30 | 28,08 | 199,20 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/7 | 0,30 | 0,10 | 15,2 | 62,00 |
| Батон нарезной обогащенный | 30 | 2,40 | 1,40 | 15,60 | 86,30 |
| Мандарин свежий | 100 | 0,80 | 0,00 | 7,50 | 38,00 |
| Итого за Завтрак | | 15,30 | 23,20 | 81,18 | 601,50 |

Обед

| Наименование блюда | Выход, гр | Б | Ж | У | Ккал |
|--|--------------|-------|-------|--------|---------|
| Салат картофельный с солеными огурцами, маслом растительным и луком | 60 | 0,80 | 4,76 | 5,10 | 66,5 |
| Борщ с фасолью, картофелем, говядиной и сметаной | 200/5/10 | 5,18 | 5,48 | 12,50 | 120,00 |
| Рыба, припущенная с маслом сливочным | 80/50 | 13,52 | 5,2 | 0,25 | 60,00 |
| Картофель отварной | 150 | 2,90 | 4,70 | 23,50 | 148,00 |
| Компот из кураги | 200 | 1,0 | 0,10 | 34,20 | 142,00 |
| Печенье обогащенное | 30 | 2,30 | 3,10 | 22,40 | 125,10 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,20 | 1,70 | 20,40 | 92,00 |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами | 25 | 2,00 | 1,16 | 12,99 | 71,89 |
| Итого за Обед | | 30,90 | 26,20 | 131,34 | 825,49 |
| Итого за день | | 46,20 | 49,40 | 212,52 | 1426,99 |