



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



Меню
школьника ГБОУ №544
с углубленным изучением английского языка
(1-4 классы) на 30 сентября 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 квашенной 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
Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	27,90	115,00
Вафли обогатенные	30	0,80	1,00	20,00	106,20
Хлеб ржано-пшеничный обогатенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон обогатенный микронутриентами	25	2,00	1,16	12,99	71,89
Итого за Обед		24,16	27,98	121,57	844,09
Итого за день		54,26	49,18	197,67	1453,09