



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 21 декабря 2021 год

Завтрак

| Наименование блюда | Выход, гр. | Б | Ж | У | Ккал |
|--|---------------|-------|-------|-------|--------|
| Бутерброд с сыром | 35 | 4,50 | 8,70 | 7,40 | 131,00 |
| Каша из пшена и риса молочная жидкая «Дружба» | 150 | 4,65 | 7,50 | 19,50 | 168,00 |
| Батон нарезной обогащенный | 25 | 2,00 | 1,16 | 12,99 | 71,89 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 60,00 |
| Банан свежий | 200 | 3,00 | 1,00 | 27,74 | 192,00 |
| Итого за завтрак: | | 14,75 | 15,06 | 96,63 | 608,89 |

Обед

| Наименование блюда | Выход, гр. | Б | Ж | У | Ккал |
|--|---------------|-------|-------|--------|---------|
| Салат из свеклы отварной с маслом растительным, яйцом вареным | 60/20 | 5,66 | 7,00 | 3,60 | 100,12 |
| Суп картофельный с фасолью | 200 | 5,10 | 3,60 | 14,90 | 112,80 |
| Тефтели мясные (из говядины) в соусе сметанном с луком | 90/30 | 7,80 | 16,70 | 10,60 | 181,00 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3,60 | 4,60 | 37,70 | 206,00 |
| Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 19,17 | 92,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 3,20 | 1,70 | 20,40 | 92,00 |
| Батон нарезной обогащенный | 25 | 2,00 | 1,16 | 12,99 | 71,89 |
| Итого за обед: | | 28,36 | 34,96 | 119,36 | 855,81 |
| Итого за день: | | 43,11 | 50,02 | 215,99 | 1464,70 |