



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
И.о. директора ГБОУ № 544
с углубленным изучением английского языка



Д. И. Сизов

Меню

Школьника ГБОУ № 544
с углубленным изучением английского языка
(1-4 классы) на 11 марта 2022 год

Завтрак.

Наименование блюда	Выход, гр.	Б	Ж	У	Ккал
Каша рисовая с маслом сливочным	150/5	3,90	6,30	21,60	159,00
Бутерброд с джемом или повидлом	20/5/20	1,70	4,30	24,80	139,20
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00
Фрукты свежие	100	0,30	0,00	20,60	40,00
Итого за завтрак:		7,40	11,90	89,40	445,20

Обед

Наименование блюда	Выход, гр.	Б	Ж	У	Ккал
Винегрет овощной с сельдью и маслом растительным	60/20	2,20	6,20	6,70	82,20
Суп картофельный с горохом	200	5,40	5,60	5,60	86,00
Рулет из говядины с луком и яйцом	90	14,12	14,22	22,90	304,40
Овощи, припущенные в молочном соусе	150	3,10	5,40	20,30	141,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,70	0,20	10,60	51,00
Батон нарезной обогащенный	25	1,90	0,70	15,90	66,00
Кисель плодово-ягодный с витам. С	200	0,20	0,20	27,90	115,00
Итого за обед:		28,80	29,60	93,30	744,50
Итого за день:		36,20	41,50	182,70	1189,70