



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 школы № 544
с углубленным изучением английского языка



Д. И. Сизов

Меню

Школьника ГБОУ № 544
с углубленным изучением английского языка
(1-4 классы) на 22 марта 2022 год

Завтрак

| Наименование блюда | Выход, гр. | Б | Ж | У | Ккал |
|--------------------------------------|---------------|-------|-------|-------|--------|
| Каша гречневая вязкая | 150 | 6,80 | 3,00 | 26,90 | 162,00 |
| Бутерброд с сыром и маслом сливочным | 20/20/5 | 7,10 | 11,20 | 9,90 | 179,00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,30 | 0,10 | 15,20 | 62,00 |
| Фрукты свежие | 100 | 0,30 | 0,00 | 20,60 | 40,00 |
| Итого за завтрак: | | 14,50 | 14,30 | 72,60 | 443,00 |

Обед

| Наименование блюда | Выход, гр. | Б | Ж | У | Ккал |
|---|---------------|-------|-------|--------|---------|
| Огурец соленый (порционно) | 60 | 0,20 | 0,00 | 4,30 | 8,00 |
| Борщ из свежей капусты с картофелем, свининой и сметаной | 200/10/5 | 6,50 | 8,70 | 12,10 | 127,10 |
| Сосиски отварные | 90 | 6,50 | 13,50 | 8,20 | 298,00 |
| Рагу овощное | 150 | 3,50 | 6,70 | 11,50 | 119,00 |
| 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 |
| Булочка «Творожная» | 50 | 5,90 | 2,80 | 15,10 | 144,00 |
| Компот из сухофруктов с витамином «С» | 200 | 0,60 | 0,10 | 31,70 | 131,00 |
| Итого за обед: | | 26,80 | 32,70 | 109,40 | 944,10 |
| Итого за день: | | 41,30 | 47,00 | 182,00 | 1387,10 |