

Школа

ГБОУ СОШ № 427 Кронштадтского района СПб

Отд./корп

1

День

22.11.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо  | Выход, г  | Цена | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|---------|--|-----------|------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 189     | КАША ОВСЯНАЯ " ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ  | 220/5     |      | 265,00       | 13,00 | 11,00 | 32,10    |
|            | гор.напиток | 393     | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                | 200/7     |      | 47,00        | 0,60  | 0,00  | 11,00    |
|            | хлеб        | 1       | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                     | 25/10     |      | 123,00       | 3,30  | 8,00  | 14,00    |
|            | фрукты      | к/к     | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ  | 130       |      | 55,90        | 1,20  | 0,30  | 10,50    |
|            | хлеб        | к/к     | БАТОН ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                     | 20        |      | 57,50        | 1,60  | 1,00  | 10,40    |
| Обед       | закуска     | 53      | ВИНЕГРЕТ МОРСКОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ                             | 100       |      | 121,70       | 1,20  | 8,80  | 9,10     |
|            | 1 блюдо     | 95      | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ,ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ<br>ПЕТРУШКИ | 250/10/10 |      | 95,00        | 4,00  | 5,00  | 10,00    |
|            | 2 блюдо     | ТТК№306 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ  | 280       |      | 362,00       | 15,40 | 10,50 | 24,40    |
|            | напиток     | 442     | СОК ПЕРСИКОВЫЙ   | 200       |      | 86,50        | 1,00  | 0,30  | 20,00    |
|            | хлеб бел.   | к/к     | БАТОН ОБОГАЩЁННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                     | 60        |      | 152,00       | 4,20  | 3,00  | 28,00    |
|            | хлеб черн.  | к/к     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 60        |      | 78,00        | 2,70  | 1,50  | 17,30    |
|            |             | к/к     | ЙОГУРТ МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5                          | 125       |      | 93,80        | 3,50  | 3,10  | 13,20    |