

Школа

ГБОУ СОШ №425 Кронштадтского района Санкт-Петербурга

Отд./корп

1-4 классы

День

06.03.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец.  | Блюдо                                             | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|---------|---------------------------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 235     | Запеканка из творога со сгущенным молоком         | 150      |      | 293          | 14    | 13   | 33       |
|            | гор.напиток | ТТК№393 | Чай с сахаром                                     | 200      |      | 34           | 0     | 2    | 8        |
|            | хлеб        | 2       | Бутерброд с джемом и маслом сливочным             | 35       |      | 130          | 2     | 5    | 18       |
|            | фрукты      | 368     | Яблоко                                            | 100      |      | 47           | 0     | 0    | 10       |
|            | хлеб бел.   | к/к     | Батон обогащенный                                 | 20       |      | 58           | 2     | 1    | 10       |
| Завтрак 2  | фрукты      |         |                                                   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |         |                                                   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |         |                                                   |          |      |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 35      | Салат "Витаминный" (1-вариант)                    | 60       |      | 54           | 1     | 3    | 6        |
|            | 1 блюдо     | 91      | Рассольник Ленинградский                          | 200      |      | 111          | 3     | 3    | 19       |
|            | 2 блюдо     | 256     | Плов                                              | 240      |      | 291          | 13    | 11   | 36       |
|            | гарнир      | 125     |                                                   |          |      |              |       |      |          |
|            | сладкое     | ТТК №44 | Напиток из плодов шиповника                       | 200      |      | 103          | 1     | 0    | 24       |
|            | хлеб бел.   | к/к     |                                                   |          |      |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  | к/к     | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40       |      | 52           | 2     | 1    | 12       |
|            |             |         | Молоко в инд упаковке 3,2% жирностью              | 200      |      | 120          | 6     | 6    | 9        |
|            |             |         |                                                   |          |      |              |       |      |          |