

|       |                                                        |           |             |        |            |
|-------|--------------------------------------------------------|-----------|-------------|--------|------------|
| Школа | ГБОУ школа №676 Кронштадтского района Санкт-Петербурга | Отд./корп | 6-11 классы | День 7 | 08.09.2025 |
|-------|--------------------------------------------------------|-----------|-------------|--------|------------|

ГБОУ школа №676 Кронштадтского района Санкт-Петербурга

|           |             |        |            |
|-----------|-------------|--------|------------|
| Отд./корп | 6-11 классы | День 7 | 08.09.2025 |
|-----------|-------------|--------|------------|

6-11 классы

День 7 08.09.2025

08.09.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                             | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---------------------------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 210    | Макароны с сыром                                  | 160      |      | 287,1        | 8,4   | 12,9 | 31,1     |
|            | гор.напиток | 396    | Какао с молоком                                   | 200      |      | 112          | 6,5   | 3,5  | 18,9     |
|            | хлеб        | 4      | Батон обогащенный микронутриентами                | 40       |      | 114          | 3,2   | 2    | 20,5     |
|            | фрукты      | 3      | Фрукты свежие(груша)                              | 100      |      | 45           | 0,4   | 0,4  | 9,5      |
|            |             |        |                                                   |          |      |              |       |      |          |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                                   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                                                   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                                                   |          |      |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 40     | Салат из квашеной капусты                         | 60       |      | 50           | 1     | 3    | 5        |
|            | 1 блюдо     | 110    | Бульон с лапшой и птицей                          | 210      |      | 76,1         | 3     | 1,8  | 11       |
|            | 2 блюдо     | 259    | гуляш                                             | 120      |      | 182,5        | 12,7  | 9,3  | 12       |
|            | гарнир      | 320    | каша гречневая рассыпчатая                        | 150      |      | 213,4        | 2,2   | 7,7  | 33,7     |
|            | напиток     | 442    | сок абрикосовый                                   | 200      |      | 86,5         | 1     | 0,3  | 20       |
|            | хлеб бел.   | 1      | Батон обогащенный микронутриентами                | 20       |      | 57,5         | 1,6   | 1    | 10,4     |
|            | хлеб черн.  | 5      | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40       |      | 52           | 1,8   | 1    | 11,5     |
|            |             |        |                                                   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                                                   |          |      |              |       |      |          |