

|       |                                                        |           |             |      |            |
|-------|--------------------------------------------------------|-----------|-------------|------|------------|
| Школа | ГБОУ школа №676 Кронштадтского района Санкт-Петербурга | Отд./корп | 6-11 классы | День | 10.10.2025 |
|-------|--------------------------------------------------------|-----------|-------------|------|------------|

ГБОУ школа №676 Кронштадтского района Санкт-Петербурга

|           |             |
|-----------|-------------|
| Отд./корп | 6-11 классы |
|-----------|-------------|

День 10.10.2025

10.10.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                                          | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|----------------------------------------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 89     | Каша рисовая жидкая с маслом сливочным                         | 150      |      | 207,2        | 4,8   | 6,4  | 31,8     |
|            | гор.напиток | 396    | какао с молоком                                                | 200      |      | 112          | 6,5   | 3,5  | 18,9     |
|            | хлеб        |        |                                                                |          |      |              |       |      |          |
|            | кисломол.   | 435    | йогурт мвссовая доля жира 2,5%                                 | 210      |      | 160,6        | 6,3   | 5,2  | 22       |
|            | булочное    | 1      | Бутерброд с маслом                                             | 25       |      | 90,1         | 1,6   | 4,6  | 10,3     |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                                                                |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                                                                |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                                                                |          |      |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 33     | Салат из свеклы отварной с маслом расительным                  | 60       |      | 50,9         | 0,9   | 3,2  | 4,9      |
|            | 1 блюдо     | 85     | Щи из квашеной капусты с картофелем, мясом, сметаной и зеленью | 200      |      | 96,5         | 3,3   | 3,1  | 10,5     |
|            | 2 блюдо     | 271    | Биточки особые                                                 | 90       |      | 215          | 11,5  | 10,1 | 25       |
|            | гарнир      | 335    | пюре картофельное                                              | 150      |      | 147,6        | 3,4   | 5,3  | 21,7     |
|            | 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     |
|            |             |        |                                                                |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                                                                |          |      |              |       |      |          |