

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

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

День 04.12.2025

04.12.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо   | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 189    | каша пшенная жидкая                               | 160      |      | 339,7        | 15,1  | 17   | 33,7     |
|            | гор.напиток | 266    | Чай с сахаром                                     | 200      |      | 34           | 0,3   | 0    | 8,3      |
|            | хлеб        | 1      | Батон обогащенный микронутриентами                | 20       |      | 57,5         | 1,6   | 1    | 10,4     |
|            | фрукты      | 368    | фрукты свежие(яблоко)                             | 100      |      | 47           | 0,4   | 0,4  | 10       |
|            | булочное    | 2      | Бутерброд с джемом                                | 30       |      | 80,8         | 1,5   | 0,5  | 17,6     |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |   |          |      |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 30     | Салат степной из разных овощей                    | 60       |      | 57,1         | 0,6   | 3,3  | 6,2      |
|            | 1 блюдо     | 92     | Суп картофельный с крупой и рыбой                 | 200      |      | 168,2        | 3,4   | 4    | 23,2     |
|            | 2 блюдо     | 321    | плов из птицы                                     | 240      |      | 357,9        | 16,7  | 14,6 | 40,2     |
|            | гарнир      |        |   |          |      |              |       |      |          |
|            | напиток     | 44     | Компот из свежих яблок                            | 200      |      | 47,3         | 0,1   | 0,1  | 11,5     |
|            | 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     |
|            |             |        |   |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |   |          |      |              |       |      |          |