

ГБОУ школа №676 Кронштадтского района Санкт-Петербурга

6-11 классы

27.01.2026

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак | гор.блюдо | 215 | Омлет с сыром и маслом сливочным | 155 | | 157,8 | 8,5 | 11,6 | 11 |
| | гор.напиток | 393 | Кофейный напиток с молоком | 200 | | 88,1 | 0,5 | 0,5 | 15 |
| | булочное | 2 | Бутерброд с джемом | 35 | | 95 | 1,5 | 0,5 | 21,2 |
| | кисломол. | 2 | йогурт массовая доля жира 2,5% | 210 | | 160,6 | 6,3 | 5,2 | 22 |
| | хлеб | 1 | Батон обогащенный микронутриентами | 20 | | 57,5 | 1,6 | 1 | 10,4 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 60 | Салат степной из разных овощей | 60 | | 57,1 | 0,6 | 3,3 | 6,2 |
| | 1 блюдо | 67 | Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной и зеленью | 220 | | 129,7 | 5,6 | 7,5 | 7,6 |
| | 2 блюдо | 257 | Сердце тушеное в соусе | 120 | | 115,6 | 6,6 | 7,2 | 6,1 |
| | гарнир | 330 | Макаронные изделия отварные | 150 | | 155,6 | 5,3 | 3,5 | 29,3 |
| | напиток | 130 | Компот из изюма | 200 | | 81 | 0,6 | 0,1 | 21,1 |
| | хлеб бел. | 4 | Батон обогащенный микронутриентами | 40 | | 114 | 3,2 | 2 | 20,5 |
| | хлеб черн. | 5 | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | | 52 | 1,8 | 1 | 11,5 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

