ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00F84B50BBE45292B371BB0FFF944B03D2
Владелец: Раева Елена Владимировна
Действителен: с 23.01.2023 до 17.04.2024

Школа: ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга | Отд./корп: | День: 01.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	187	Каша "Янтарная"	220	117,60	292	12	14	42
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200		60	0	0	15
	хлеб	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25		68	2	1	13
		к/к	Яблоко свежее	100		44	0	0	10
		к/к	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100		87	4	3	5
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	17	Огурец солёный порционно	100	176,40	12	1	0	2
	1 блюдо	81/116	Суп картофельный с горохом и гренками	255		164	5	3	31
	2 блюдо	314	Котлета рубленая из филе куриного	100		270	16	14	17
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	180		234	4	7	39
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		442	Сок фруктовый (персиковый)	200		76	1	0	15

Школа ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга Отд./корп День 02.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Макароны отварные с сыром	215	117,60	358	16	16	38
	гор.напиток	431	Чай с лимоном	205		60	0	0	15
	хлеб	2	Бутерброд с джемом	45		87	2	1	17
		к/к	Апельсин свежий	170		73	2	0	14
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	Помидор свежий порционно	100	176,40	24	1	1	6
	1 блюдо	98/228	Суп картофельный с рисом и рыбой	270		135	7	3	20
	2 блюдо	25	Жаркое по-домашнему со свининой	250		392	24	22	24
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		12	Компот из свежих яблок	200		88	0	0	20

Школа	ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга	Отд./корп							День	03.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	184	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	230	117,60	328	13	17	43
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200		60	0	0	15
	хлеб	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25		68	2	1	13
		14	Сыр порциями	15		55	3	4	0
		к/к	Груша свежая	130		61	1	0	13
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	52	Салат из свёклы отварной с маслом растительным	100	176,40	91	4	11	6
	1 блюдо	64	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	260		101	3	5	10
	2 блюдо	19	Печень по-строгановски	130		198	11	10	19
	гарнир	325	Рис отварной	180		217	4	8	35
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		9	Компот из апельсинов	200		95	1	0	24

Школа	ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга	Отд./корп		День	04.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	230	117,60	270	10	12	38
	гор.напиток	432	Кофейный напиток	200		107	2	1	22
	хлеб	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25		68	2	1	13
		14	Сыр порциями	15		55	3	4	0
		к/к	Апельсин свежий	170		73	2	0	14
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	19	Салат из свежих огурцов	100	176,40	103	1	5	9
	1 блюдо	76	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной	260		118	6	7	14
	2 блюдо	241	Котлета рыбная "любительская"	100		110	11	4	6
	гарнир	335	Пюре картофельное	180		160	3	6	22
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		12	Компот из свежих яблок	200		88	0	0	20

Школа ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга Отд./корп День 05.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный	170	117,60	321	16	19	17
	гор.напиток	431	Чай с лимоном	205		60	0	0	15
	хлеб	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25		68	2	1	13
		к/к	Зефир витаминизированный	35		102	1	0	23
		к/к	Яблоко свежее	100		64	1	1	14
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	40	Салат из квашеной капусты	100	176,40	83	2	5	8
	1 блюдо	67	Суп-лапша домашняя с курицей	260		138	7	6	15
	2 блюдо	15	Плов с куриным филе	250		387	16	17	41
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		11	Компот из смеси сухофруктов	200		97	1	0	24

Школа	ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга	Отд./корп		День	08.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	184	Каша гречневая молочная	200	117,60	264	11	9	39
	гор.напиток	431	Чай с лимоном	205		60	0	0	15
	хлеб	1	Бутерброд с маслом сливочным	35		142	2	8	13
		к/к	Яблоко свежее	100		44	0	0	10
		к/к	Печенье в ассортименте	50		138	6	5	23
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	Огурец свежий порционно	100	176,40	12	1	0	2
	1 блюдо	72	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	260		136	3	4	13
	2 блюдо	62	Шницель рубленый мясной	100		246	13	12	12
	гарнир	331	Макаронные изделия отварные	180		181	6	7	32
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		442	Сок фруктовый (яблочный)	200		90	1	0	19

Школа	ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга	Отд./корп		День	09.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	225	Пудинг из творога (запеченный) с джемом	190	117,60	441	18	17	30
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200		60	0	0	15
	хлеб	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
		к/к	Апельсин свежий	170		73	2	0	14
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	к/к	Икра баклажанная (консервированная)	100	176,40	74	1	7	5
	1 блюдо	76	Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной	260		117	4	6	12
	2 блюдо	308/350	Фрикадельки куриные в соусе молочном	130		207	13	7	18
	гарнир	325	Рис отварной	180		217	4	8	35
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		12	Компот из свежих яблок	200		88	0	0	20

Школа ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга Отд./корп День 10.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	190	Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	205	117,60	230	7	10	30
	гор.напиток	433	Какао с молоком	200		134	3	3	20
	хлеб	2	Бутерброд с джемом	45		87	2	1	17
		к/к	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100		87	4	3	5
		к/к	Груша свежая	130		61	1	0	13
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	52/209	Салат из свеклы с яйцом	100	176,40	125	7	9	5
	1 блюдо	82	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной	255		117	4	3	16
	2 блюдо	31	Хлебец рыбный запечённый	100		137	14	9	9
	гарнир	333	Картофель отварной	180		168	3	6	24
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		9	Компот из апельсинов	200		95	1	0	24

Школа	ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга	Отд./корп		День	11.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	210	117,60	307	13	11	40
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200		60	0	0	15
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	40		179	4	12	13
		к/к	Мандарин свежий	100		38	1	0	8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	40	Салат из квашеной капусты	100	176,40	83	2	5	8
	1 блюдо	81/116	Суп картофельный с горохом и гренками	255		164	5	3	31
	2 блюдо	275	Бефстроганов из отварной говядины в сметанном соусе	100		189	11	11	4
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	180		234	4	7	39
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		442	Сок фруктовый (персиковый)	200		76	1	0	15

Школа	ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга	Отд./корп		День	12.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Макароны отварные с сыром	215	117,60	358	16	16	38
	гор.напиток	431	Чай с лимоном	205		60	0	0	15
	хлеб	2	Бутерброд с джемом	45		87	2	1	17
		к/к	Яблоко свежее	100		44	0	0	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	51	Винегрет овощной	100	176,40	123	1	10	7
	1 блюдо	91	Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной	260		163	4	7	22
	2 блюдо	63	Голубцы ленивые	250		320	18	17	23
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		10	Кисель из плодов шиповника	200		108	0	0	26

Школа	ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга	Отд./корп		День	15.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	187	Каша "Янтарная"	220	117,60	292	12	14	42
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200		60	0	0	15
	хлеб	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25		68	2	1	13
		к/к	Яблоко свежее	100		44	0	0	10
		к/к	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100		87	4	3	5
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	17	Огурец солёный порционно	100	176,40	12	1	0	2
	1 блюдо	81/116	Суп картофельный с горохом и гренками	255		164	5	3	31
	2 блюдо	314	Котлета рубленая из филе куриного	100		270	16	14	17
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	180		234	4	7	39
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		442	Сок фруктовый (персиковый)	200		76	1	0	15

Школа ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга Отд./корп День 16.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Макароны отварные с сыром	215	117,60	358	16	16	38
	гор.напиток	431	Чай с лимоном	205		60	0	0	15
	хлеб	2	Бутерброд с джемом	45		87	2	1	17
		к/к	Апельсин свежий	170		73	2	0	14
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	Помидор свежий порционно	100	176,40	24	1	1	6
	1 блюдо	98/228	Суп картофельный с рисом и рыбой	270		135	7	3	20
	2 блюдо	25	Жаркое по-домашнему со свининой	250		392	24	22	24
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		12	Компот из свежих яблок	200		88	0	0	20

Школа ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга Отд./корп День 17.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	184	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	230	117,60	328	13	17	43
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200		60	0	0	15
	хлеб	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25		68	2	1	13
		14	Сыр порциями	15		55	3	4	0
		к/к	Груша свежая	130		61	1	0	13
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	52	Салат из свёклы отварной с маслом растительным	100	176,40	91	4	11	6
	1 блюдо	64	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	260		101	3	5	10
	2 блюдо	19	Печень по-строгановски	130		198	11	10	19
	гарнир	325	Рис отварной	180		217	4	8	35
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		9	Компот из апельсинов	200		95	1	0	24

Школа	ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга	Отд./корп		День	18.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	230	117,60	270	10	12	38
	гор.напиток	432	Кофейный напиток	200		107	2	1	22
	хлеб	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25		68	2	1	13
		14	Сыр порциями	15		55	3	4	0
		к/к	Апельсин свежий	170		73	2	0	14
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	19	Салат из свежих огурцов	100	176,40	103	1	5	9
	1 блюдо	76	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной	260		118	6	7	14
	2 блюдо	241	Котлета рыбная "любительская"	100		110	11	4	6
	гарнир	335	Пюре картофельное	180		160	3	6	22
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		12	Компот из свежих яблок	200		88	0	0	20

Школа	ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга	Отд./корп		День	19.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	Омлет натуральный	170	117,60	321	16	19	17
	гор.напиток	431	Чай с лимоном	205		60	0	0	15
	хлеб	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25		68	2	1	13
		к/к	Зефир витаминизированный	35		102	1	0	23
		к/к	Яблоко свежее	100		64	1	1	14
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	40	Салат из квашеной капусты	100	176,40	83	2	5	8
	1 блюдо	67	Суп-лапша домашняя с курицей	260		138	7	6	15
	2 блюдо	15	Плов с куриным филе	250		387	16	17	41
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		11	Компот из смеси сухофруктов	200		97	1	0	24

Школа ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга Отд./корп День 22.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	184	Каша гречневая молочная	200	117,60	264	11	9	39
	гор.напиток	431	Чай с лимоном	205		60	0	0	15
	хлеб	1	Бутерброд с маслом сливочным	35		142	2	8	13
		к/к	Яблоко свежее	100		44	0	0	10
		к/к	Печенье в ассортименте	50		138	6	5	23
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	71	Огурец свежий порционно	100	176,40	12	1	0	2
	1 блюдо	72	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	260		136	3	4	13
	2 блюдо	62	Шницель рубленый мясной	100		246	13	12	12
	гарнир	331	Макаронные изделия отварные	180		181	6	7	32
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		442	Сок фруктовый (яблочный)	200		90	1	0	19

Школа	ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга	Отд./корп		День	23.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	225	Пудинг из творога (запеченный) с джемом	190	117,60	441	18	17	30
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200		60	0	0	15
	хлеб	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
		к/к	Апельсин свежий	170		73	2	0	14
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	к/к	Икра баклажанная (консервированная)	100	176,40	74	1	7	5
	1 блюдо	76	Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной	260		117	4	6	12
	2 блюдо	308/350	Фрикадельки куриные в соусе молочном	130		207	13	7	18
	гарнир	325	Рис отварной	180		217	4	8	35
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		12	Компот из свежих яблок	200		88	0	0	20

Школа ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга Отд./корп День 24.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	190	Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	205	117,60	230	7	10	30
	гор.напиток	433	Какао с молоком	200		134	3	3	20
	хлеб	2	Бутерброд с джемом	45		87	2	1	17
		к/к	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100		87	4	3	5
		к/к	Груша свежая	130		61	1	0	13
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	52/209	Салат из свеклы с яйцом	100	176,40	125	7	9	5
	1 блюдо	82	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной	255		117	4	3	16
	2 блюдо	31	Хлебец рыбный запечённый	100		137	14	9	9
	гарнир	333	Картофель отварной	180		168	3	6	24
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		9	Компот из апельсинов	200		95	1	0	24

Школа	ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга	Отд./корп		День	25.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	210	117,60	307	13	11	40
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200		60	0	0	15
	хлеб	3	Бутерброд с сыром	40		179	4	12	13
		к/к	Мандарин свежий	100		38	1	0	8
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	40	Салат из квашеной капусты	100	176,40	83	2	5	8
	1 блюдо	81/116	Суп картофельный с горохом и гренками	255		164	5	3	31
	2 блюдо	275	Бефстроганов из отварной говядины в сметанном соусе	100		189	11	11	4
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	180		234	4	7	39
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		442	Сок фруктовый (персиковый)	200		76	1	0	15

Школа	ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга	Отд./корп		День	26.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	210	Макароны отварные с сыром	215	117,60	358	16	16	38
	гор.напиток	431	Чай с лимоном	205		60	0	0	15
	хлеб	2	Бутерброд с джемом	45		87	2	1	17
		к/к	Яблоко свежее	100		44	0	0	10
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	51	Винегрет овощной	100	176,40	123	1	10	7
	1 блюдо	91	Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной	260		163	4	7	22
	2 блюдо	63	Голубцы ленивые	250		320	18	17	23
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		10	Кисель из плодов шиповника	200		108	0	0	26

Школа ГБОУ школа №657 Приморского района Санкт-Петербурга Отд./корп День 27.04.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	187	Каша "Янтарная"	220	117,60	292	12	14	42
	гор.напиток	430	Чай с сахаром	200		60	0	0	15
	хлеб	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25		68	2	1	13
		к/к	Яблоко свежее	100		44	0	0	10
		к/к	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100		87	4	3	5
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	17	Огурец солёный порционно	100	176,40	12	1	0	2
	1 блюдо	81/116	Суп картофельный с горохом и гренками	255		164	5	3	31
	2 блюдо	314	Котлета рубленая из филе куриного	100		270	16	14	17
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	180		234	4	7	39
	сладкое								
	хлеб бел.	к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50		136	4	2	26
	хлеб черн.	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60		138	5	3	31
		442	Сок фруктовый (персиковый)	200		76	1	0	15