

Школа

ГБОУ гимназия № 397 им. Г.В. Старовойтовой Кировского района Санкт-Петербург

Отд./корп

День

23.09.2025

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                                                   | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|------------|--------|---------------------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | доп. блюдо | 3      | Бутерборд с сыром                                       | 40       | 103,36 | 125,20       | 6,10  | 6,50  | 10,30    |
|            | гор.блюдо  | 189/5  | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным         | 150      |        | 196,80       | 5,70  | 6,40  | 29,70    |
|            | напиток    | 432    | Кофейный напиток                                        | 200      |        | 122,40       | 3,70  | 2,50  | 21,10    |
|            | хлеб       | 197    | Батон нарезной обогащенный микронутриентами             | 20       |        | 56,00        | 1,60  | 0,70  | 10,60    |
|            | фрукты     | 205    | Фрукты свежие                                           | 100      |        | 43,00        | 0,90  | 0,20  | 8,10     |
| Обед       | закуска    | 22     | Салат из моркови с огурцом свежим и маслом растительным | 60       | 154,98 | 51,40        | 0,60  | 4,10  | 3,00     |
|            | 1 блюдо    | 48     | Бульон куриный с вешешелью и курицей                    | 210      |        | 104,90       | 3,10  | 2,40  | 13,40    |
|            | 2 блюдо    | 258    | Жаркое по-домашнему птицей и морковью                   | 240      |        | 353,38       | 17,80 | 17,10 | 32,10    |
|            | напиток    | 215    | Напиток из клюквы, протертой с сахаром                  | 200      |        | 105,00       | 0,10  | 0,10  | 26,80    |
|            | хлеб       | 197    | Батон нарезной обогащенный микронутриентами             | 20       |        | 56,00        | 1,60  | 0,70  | 10,60    |
|            | хлеб       | 16     | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 40       |        | 81,60        | 2,60  | 0,30  | 17,00    |