Школа ГБОУ школа № 454 Санкт-Петербурга Отд./корп День 12.01.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189	Каша овсяная "Геркулес" жидкая с маслом сливочным	155	114,50	163	5	8	19
	гор.напиток	454	Чай с лимоном	214		62	0	0	15
	хлеб	ТК № 1	Батон обогащенный микронутриентами	80		202	6	2	39
	фрукты	338	Фрукты свежие в ассортименте (груша)	130		61	1	0	13
		ТК № 2	Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке 2,5 %	125		100	4	3	13
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	20	Салат из солёных огурцов с луком	60		40	2	3	2
	1 блюдо	88	Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	205	171,80	75	3	5	6
	2 блюдо	336	Котлета рубленная из птицы	100		270	19	14	17
	гарнир	352н	Рис, припущенный с овощной смесью	150		212	5	2	46
	напиток	425	Компот из смеси сухофруктов	200		118	1	0	29
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	ТК № 3	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		72	2	1	20