Школа	ГБОУ школа № 454 Санкт-Петербурга	Отд./корп		День	20.03.2026

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	239	Запеканка из творога со сгущенным молоком	180	114,50	211	14	11	13
	гор.напиток	453	Чай с сахаром	207		60	0	0	15
	хлеб	ТК № 1	Батон обогащенный микронутриентами	80		202	6	2	40
	фрукты	338	Фрукты свежие в ассортименте (груша)	130		61	1	0	13
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	19	Салат из белокачанной капусты	60		62	0	6	1
	1 блюдо	104/77	Суп картофельный с бобовыми и гренками	210	171,80	150	2	2	23
	2 блюдо	278	Мясо тушеное	100		220	11	12	3
	гарнир	123	Картофель отварной	150		151	3	5	23
	напиток	418	Компот из свежих плодов	200		115	0	0	28
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	ТК № 3	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40		72	2	1	20
		ТК №2	Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке 2,5%	125		100	4	3	13