

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	04.09.24		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Блюда из творога		Запеканка из творога	150		139,34	3,69	5,26	23,02
Завтрак	Соусы		Джем клубничный Махеев	20		54,4			13,6
Завтрак	Горячие напитки	693	Какао-напиток молочный с витамином С	200		91,7	4,32	3,45	9,98
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
				470		332,44	8,48	9,11	56,4
Обед	Салатный микс		Томаты Черри свежие	70		12,6	0,61	0,14	1,88
Обед	Первые блюда		Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	250		147,2	6,93	10,31	6,62
Обед	Блюда из рыбы	381	Запеканка картофельная с рыбой	170		186,47	12,95	4,81	25,44
Обед	Напитки	639	Напиток из сухофруктов	200		31,2	0,14	0,05	7,94
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	19		47,88	1,52	0,25	9,88
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	19		38	1,25	0,21	7,79
				728	246,10	463,35	23,4	15,77	59,55