

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	15.12.25		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп.	400		184			46
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Клюква вяленая 30г	120		369,6	0,12	1,68	91,32
				520		553,6	0,12	1,68	137,32
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Блюда из мяса		Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	197		388,3	18,42	15,81	42,45
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		18,39	0,06	0,01	4,21
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный тостовый	20		53,2	1,66	0,46	10,58
				427		525,99	20,24	23,53	57,38
Обед	Салаты		Огурцы свежие (порционно)	80		12	0,52	0,09	2,5
Обед	Первые блюда		Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с гренками	250		168,96	6,21	6,55	20,92
Обед	Блюда из птицы		Мясо птицы в томатно-сырном соусе с макаронным гарниром (филе куриное монолит)	195		322,4	20,84	8,73	40,05
Обед	Соки и напитки 30%		Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп.	200		92			23
Обед	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	23		55,2	1,7	0,53	10,93
				848	246,10	697,56	29,74	16,3	107,2

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	15.12.25		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп.	400		184			46
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Клюква вяленая 30г	120		369,6	0,12	1,68	91,32
				520		553,6	0,12	1,68	137,32
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Салатный микс		Хрустящий овощной микс 12 гр.	12		56,23	0,58	2,32	8,26
Завтрак	Блюда из мяса		Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	197		388,3	18,42	15,81	42,45
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		18,39	0,06	0,01	4,21
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный тостовый	17		45,22	1,41	0,39	8,99
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	16		37,6	1,41	0,54	6,53
				452	107,70	611,84	21,98	26,32	70,58
Завтрак	Блюда из птицы		Мясо птицы в томатно-сырном соусе с макаронным гарниром (филе куриное монолит)	195		322,4	20,84	8,73	40,05
Завтрак	Горячие напитки		Чай чёрный	200		0,01			
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Завтрак	Мучные изделия		Печенье овсяное "Клюковка" Царь	50		248,29	3,66	9,21	37,69
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	11		26,4	0,81	0,25	5,23
				556	107,70	644,1	25,78	18,59	92,77