

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	17.12.25		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	250					
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Клюква вяленая 30г	120		369,6	0,12	1,68	91,32
				370		369,6	0,12	1,68	91,32
Завтрак	Соусы		Молоко сгущённое с сахаром	30		99	2,1	2,55	16,8
Завтрак	Горячие напитки	689	Цикорий с молоком	200		94,2	3,72	3	12,18
Завтрак	Соки и напитки 30%		Йогурт питьевой печеное яблоко	80		59,2	2,24	2	8,8
Завтрак	Мучные изделия		Оладушки пышные с яблоком и морковью	120		271,88	6,04	6,68	46,84
				430		524,28	14,1	14,23	84,62
Обед	Салаты		Помидоры свежие (без соли)	80		14,4	0,7	0,16	2,15
Обед	Первые блюда		Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	239		160,71	6,37	11,06	8,5
Обед	Блюда из рыбы		Котлета из белой рыбы	90		249,22	13,29	18,98	6,31
Обед	Гарнир из круп	№1	Рис припущенный с овощами (раст. масло)	160		219,1	4,06	5,82	37,49
Обед	Напитки	270	Напиток из шиповника	200		57,6	0,54	0,22	13,73
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	24		58,08	1,94	0,6	11,21
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				813	246,10	807,11	28,38	37,3	88,89

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	17.12.25		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	250					
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Клюква вяленая 30г	120		369,6	0,12	1,68	91,32
				370		369,6	0,12	1,68	91,32
Завтрак	Соусы		Молоко сгущённое с сахаром	30		99	2,1	2,55	16,8
Завтрак	Горячие напитки	689	Цикорий с молоком	200		94,2	3,72	3	12,18
Завтрак	Соки и напитки 30%		Йогурт питьевой печеное яблоко	80		59,2	2,24	2	8,8
Завтрак	Мучные изделия		Оладушки пышные с яблоком и морковью	120		271,88	6,04	6,68	46,84
				430		524,28	14,1	14,23	84,62
Обед	Салаты		Помидоры свежие (без соли)	80		14,4	0,7	0,16	2,15
Обед	Первые блюда		Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	239		160,71	6,37	11,06	8,5
Обед	Блюда из рыбы		Котлета из белой рыбы	90		249,22	13,29	18,98	6,31
Обед	Гарнир из круп	№1	Рис припущенный с овощами (раст. масло)	160		219,1	4,06	5,82	37,49
Обед	Напитки	270	Напиток из шиповника	200		57,6	0,54	0,22	13,73
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	24		58,08	1,94	0,6	11,21
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				813	246,10	807,11	28,38	37,3	88,89

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	17.12.25		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	250					
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Клюква вяленая 30г	120		369,6	0,12	1,68	91,32
				370		369,6	0,12	1,68	91,32
Завтрак	Блюда из птицы		Наггетсы куриные хрустящие смолевич НОВЫЙ ВЕС 28 одна шт	84		190,2	8,4	10,68	15,12
Завтрак	Гарнир из овощей	№1	Овощное рагу	150		135,35	3,28	4,05	21,41
Завтрак	Напитки	631,63 2	Напиток из свежих яблок	200		42,93	0,09	0,09	10,18
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Мармелад со вкусом "Голубика-смородина-апельсин"	12		54,36	0,3	1,32	10,32
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	25		60	1,85	0,58	11,88
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша	45		46,8	2,88	1,58	5,31
				516	107,70	529,64	16,8	18,3	74,22
Завтрак	Каши		Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200		218,12	6,92	7,74	29,78
Завтрак	Напитки	631,63 2	Напиток из свежих яблок	200		42,93	0,09	0,09	10,18
Завтрак	Фрукты		Фрукт мандарин свежий	70		26,6	0,56	0,14	5,25
Завтрак	Мучные изделия		Блинчики с яблоком	70		171,74	2,12	3,7	33,28
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	22		53,24	1,78	0,55	10,27
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша	45		46,8	2,88	1,58	5,31
				607	107,70	559,43	14,35	13,8	94,07