

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	22.12.25		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Мучные изделия		Блинчики с яблоком	70		171,74	2,12	3,7	33,28
Завтрак	Соусы		Молоко сгущённое с сахаром дой пак	100		330	7	8,5	56
				170		501,74	9,12	12,2	89,28
Завтрак	Бутерброды		Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	31,5		86,17	6,22	4,13	6,04
Завтрак	Блюда из рыбы		Котлета рыбная "Нежная"	90		221,65	11,86	17,35	4,5
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макароны с протертыми томатами (РОЖКИ)	150		227,5	5,99	3,63	42,63
Завтрак	Горячие напитки		Чай Ройбуш	200		0,01			
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп.125мл	125		57,5			14,38
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	17		41,14	1,38	0,43	7,94
				613,5	107,70	633,97	25,45	25,54	75,49
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Бутерброды		Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	31,5		86,17	6,22	4,13	6,04
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	Овощи тушеные	160		57,3	2,73	1,37	8,44
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		18,39	0,06	0,01	4,21
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	29		70,18	2,35	0,73	13,54
				514,5	107,70	488,34	19,86	24,17	47,49

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	22.12.25		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Мучные изделия		Блинчики с яблоком	70		171,74	2,12	3,7	33,28
Завтрак	Соусы		Молоко сгущённое с сахаром дой пак	100		330	7	8,5	56
				170		501,74	9,12	12,2	89,28
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	10		66,1	0,1	7,25	0,14
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	№1	Булгур припущенный (масло раст)	160		207,37	5,17	5,97	32,74
Завтрак	Горячие напитки		Чай гречишный	200		0,01			
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 125мл	125		57,5			14,38
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				616		612,02	16,51	24,58	80,72
Обед	Салатный микс		Хрустящая морковь 15 гр.	15		72,69	0,29	3,09	10,94
Обед	Первые блюда		Суп-лапша с курицей и зеленью (раст. масло)	250		203,75	9,79	12,05	13,8
Обед	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "По-деревенски"	90		201,02	11,13	11,02	14,33
Обед	Гарнир из овощей	№1	Овощное рагу	150		135,35	3,28	4,05	21,41
Обед	Напитки	771	Напиток фруктовый (яблоко) концентрат	200		26,88			6,72
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	20		50,4	1,6	0,26	10,4
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				745	246,10	738,09	27,57	30,93	87,1