

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	25.12.25		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Соки и напитки 30%		Молочный коктейль (клубника)	400		284	10,4	10	38
				400		284	10,4	10	38
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Салатный микс		Хрустящая свекла 12 гр.	12		54,1	0,42	2,3	7,92
Завтрак	Блюда из мяса		Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	160		315,37	14,96	12,84	34,48
Завтрак	Изделия кондитерские мучные		"Крендель сахарный" 50гр.	50		248,11	3,43	10,98	33,82
Завтрак	Горячие напитки		Чай чёрный	200		0,01			
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	15		30	0,99	0,17	6,15
				447	107,70	713,69	19,9	33,54	82,51
Завтрак	Салатный микс		Хрустящая свекла 12 гр.	12		54,1	0,42	2,3	7,92
Завтрак	Блюда из рыбы		Котлета из белой рыбки	90		249,22	13,29	18,98	6,31
Завтрак	Гарнир из		Рис припущенный	160		212,5	4,54	4,09	44,11
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		17,03	0,03		4,09
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	19		45,98	1,54	0,48	8,87
				481	107,70	578,83	19,82	25,85	71,3

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	25.12.25		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Соки и напитки 30%		Молочный коктейль (клубника)	400		284	10,4	10	38
				400		284	10,4	10	38
Завтрак	Каши		Каша молочная геркулесовая Царь с клубникой и яблоком и маслом	200		190,24	6,49	8,24	21,53
Завтрак	Горячие напитки		Чай чёрный	200		0,01			
Завтрак	Мучные изделия		Сэндвич с вареной сгущенкой	60		202,5	3,3	6,8	31,5
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
				477		435,59	11,15	15,26	61,87
Обед	Салатный микс		Хрустящая свекла 12 гр.	12		54,1	0,42	2,3	7,92
Обед	Первые блюда		Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	250		194,74	9,93	12,01	11,51
Обед	Блюда из мяса	433	Жаркое "По-деревенски" с мясом	150		281,91	14,45	15,38	20,58
Обед	Напитки	639	Напиток из сухофруктов	200		61,78	0,46	0,02	14,91
Обед	Соки и напитки 30%		Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	125					
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	17		34	1,12	0,19	6,97
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
				771	246,10	669,37	27,74	30,12	70,73