

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	26.12.25		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Блюда из птицы		Котлета из мяса птицы "Куриная ножка"	90		237,2	12,32	16,72	9,36
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (рожки)	160		271,15	7,16	5,22	48,9
Завтрак	Напитки	771	Напиток из вишни	200		40,7	0,25	0,13	9,93
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочный прямого отжима осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп.125мл	125		57,5			14,38
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	25		60	1,85	0,58	11,88
				610	107,70	732,65	21,68	29,9	94,59
Завтрак	Блюда из мяса		Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	207		408,01	19,35	16,61	44,61
Завтрак	Напитки	771	Напиток из вишни	200		40,7	0,25	0,13	9,93
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочно-вишнёвый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.200мл	200		92			23
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	22		89,76	2,75	1,76	12,76
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	18		43,56	1,46	0,45	8,41
				647	107,70	674,03	23,81	18,95	98,71

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	26.12.25		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
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	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макароны в томатном соусе (СПИРАЛИ)	180		295,74	7,27	6,77	51,05
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		17,03	0,03		4,09
			421,5			465,04	13,62	18,15	61,32
Обед	Салаты	№1	Кукуруза сладкая, бланшированная	30		13,2	0,6		2,7
Обед	Первые блюда	433	Шурпа "По-деревенски" для первых блюд	200		303,72	14,37	18,75	18,42
Обед	Блюда из рыбы		Котлета из белой рыбки	90		249,22	13,29	18,98	6,31
Обед	Гарнир из		Рис припущенный (масло раст.)	180		253,37	5,05	6,24	49,54
Обед	Напитки	771	Напиток из черной смородины (концентрат)	200		51,8			12,95
Обед	Соки и напитки 30%		Сок яблочно-вишнёвый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.200мл	200		92			23
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	21		50,82	1,7	0,53	9,81
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
			941		246,10	1 062,13	36,49	44,96	132,23

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	26.12.25		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Блюда из птицы		Котлета из мяса птицы "Куриная ножка"	90		237,2	12,32	16,72	9,36
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (рожки)	160		271,15	7,16	5,22	48,9
Завтрак	Напитки	771	Напиток из вишни	200		40,7	0,25	0,13	9,93
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочный прямого отжима осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп.125мл	125		57,5			14,38
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	25		60	1,85	0,58	11,88
				610	107,70	732,65	21,68	29,9	94,59
Завтрак	Блюда из мяса		Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	207		408,01	19,35	16,61	44,61
Завтрак	Напитки	771	Напиток из вишни	200		40,7	0,25	0,13	9,93
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочно-вишнёвый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.200мл	200		92			23
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	22		89,76	2,75	1,76	12,76
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	18		43,56	1,46	0,45	8,41
				647	107,70	674,03	23,81	18,95	98,71

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	26.12.25		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
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	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макароны в томатном соусе (СПИРАЛИ)	180		295,74	7,27	6,77	51,05
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		17,03	0,03		4,09
			421,5			465,04	13,62	18,15	61,32
Обед	Салаты	№1	Кукуруза сладкая, бланшированная	30		13,2	0,6		2,7
Обед	Первые блюда	433	Шурпа "По-деревенски" для первых блюд	200		303,72	14,37	18,75	18,42
Обед	Блюда из рыбы		Котлета из белой рыбки	90		249,22	13,29	18,98	6,31
Обед	Гарнир из		Рис припущенный (масло раст.)	180		253,37	5,05	6,24	49,54
Обед	Напитки	771	Напиток из черной смородины (концентрат)	200		51,8			12,95
Обед	Соки и напитки 30%		Сок яблочно-вишнёвый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.200мл	200		92			23
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	21		50,82	1,7	0,53	9,81
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
			941		246,10	1 062,13	36,49	44,96	132,23