Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	05.11.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты		Салат "Витаминный" из свежей капусты	50		40,7	0,94	2,6	3,28
Завтрак	Блюда из рыбы	388	Котлета рыбная "Нежная"	90		221,65	11,86	17,35	4,5
Завтрак	Гарнир из овощей	520	Пюре картофельное	150		138,76	3,32	4,11	21,9
Завтрак	Напитки	846	Напиток из шиповника	200		57,6	0,54	0,22	13,73
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	23		57,96	1,84	0,3	11,96
				613	**107,70**	**563,67**	**18,97**	**24,98**	**65,17**
Завтрак	Салаты	100	Огурцы консервированные	30		3,6			0,9
Завтрак	Блюда из птицы	600	Чахохбили куриное "По-школьному"	107		173,28	15,53	10,21	4,86
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (спирали)	150		255,8	6,71	4,89	45,84
Завтрак	Напитки	771	Напиток из ягод (Я-Я № 3 клубника,вишня,яблоко)	200		42,5	0,13	0,1	10,25
Завтрак	Соки и напитки 30%	698	Снежок м.д.ж. 2,5%	80		62,4	2,4	2	8,8
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				587	**107,70**	**585,58**	**26,25**	**17,66**	**80,15**

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	05.11.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Тост пшеничный с маслом сливочном	25,75		103,15	1,5	6,73	9,12
Завтрак	Первые блюда	161	Суп молочный с крупой ячневой	200		145,68	5,82	5,16	17,7
Завтрак	Горячие напитки	391	Чай "Ягодка" (вишня)	200		35,49	0,1	0,05	8,77
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Завтрак	Мучные изделия		Сэндвич с вареной сгущенкой	60		202,5	3,3	6,8	31,5
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог с земляникой и дыней со вкусом банановое мороженое ТМ "Растишка"	45		46,8	2,88	1,58	5,27
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	15		36	1,11	0,35	7,13
				645,75		**616,62**	**15,18**	**21,07**	**89,29**
Обед	Салатный микс		Зелёный горошек консервиров. (терм. обр)	30		10,5	0,9		1,8
Обед	Первые блюда		Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины, сметаной и зеленью*	250		186,76	7,9	11,42	12,9
Обед	Блюда из мяса	433	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	90		161,45	9,86	11,9	3,16
Обед	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (спирали)	150		255,8	6,71	4,89	45,84
Обед	Напитки	771	Напиток "Ягодно-яблочный" (пюре)	200		44	0,08	0,04	10,74
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	16		38,4	1,18	0,37	7,6
				753	**246,10**	**739,75**	**27,99**	**28,84**	**90,88**