

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	02.09.26		
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 сыром "Гауда"	31,5		93,65	5,3	4,05	8,99
Завтрак	Каши	174	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	220		239,93	7,61	8,51	32,76
Завтрак	Горячие напитки	391	Чай чёрный с сахаром (1 грамм)	200		16,01			4
Завтрак	Мороженое		Мороженое фруктовое "Сорбет Манго"	70		74,9	0,11	0,21	18,2
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	17		34	1,12	0,19	6,97
				548,5	107,70	524,59	14,24	20,21	71,06

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	02.09.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты	№ 101	Кукуруза сладкая, бланшированная	60		26,4	1,2		5,4
Обед	Первые блюда		Суп-лапша с курицей и зеленью (куриное филе, картофель, лук реп., лапша, морковь, укроп, масло подсол.)	250		203,75	9,79	12,05	13,8
Обед	Блюда из рыбы	381	Филе минтай тушеный(томат., паста, сахар, морковь, лук, масло подс., филе минтая, лавровый лист, кислота лимон, соль)	100		121,06	12,82	5,66	4,63
Обед	Гарнир из овощей	520	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл, соль)	150		138,76	3,32	4,11	21,9
Обед	Напитки	704	Напиток из кураги (курага, сахар, лимон. к-та.)	200		60,82	0,56	0,13	14,16
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	23		57,96	1,84	0,3	11,96
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	20		40	1,32	0,22	8,2
				803	138,40	648,75	30,85	22,47	80,05

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	02.09.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды	3	Тост с пшеничным хлебом, маслом сливочным и сыром "Гауда"	40,25		151,58	5,38	10,39	9,12
Завтрак	Каши	174	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200		218,12	6,92	7,74	29,78
Завтрак	Горячие напитки	391	Чай чёрный с сахаром (1 грамм)	200		16,01			4
Завтрак	Мороженое		Мороженое фруктовое "Сорбет Манго"	70		74,9	0,11	0,21	18,2
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	19		38	1,25	0,21	7,79
			529,25			498,61	13,66	18,55	68,89
Обед	Салаты	№ 101	Кукуруза сладкая, бланшированная	60		26,4	1,2		5,4
Обед	Первые блюда		Суп-лапша с курицей и зеленью *	250		203,75	9,79	12,05	13,8
Обед	Блюда из рыбы	381	Филе минтай тушеный в томате с овощами	100		121,06	12,82	5,66	4,63
Обед	Гарнир из овощей	520	Пюре картофельное	180		166,51	3,98	4,93	26,28
Обед	Напитки	704	Напиток из кураги	200		60,82	0,56	0,13	14,16
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	19		47,88	1,52	0,25	9,88
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	12		24	0,79	0,13	4,92
			821		246,10	650,42	30,66	23,15	79,07

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	02.07.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное порционно	10		66,21	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Блюда из творога		Сырники творожные (творог с м.д.ж. 9%,сахар,масло посолнеч.,мука в/с,крупа манная,меланж,соль	120		242,28	16,44	10,44	20,64
Завтрак	Соусы		Молоко сгущёное с сахаром	20		66	1,4	1,7	11,2
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном (чай черный байховый, лимон свеж., сахар)	200		17,71	0,05	0,01	4,15
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Мармелад со вкусом "Голубика-смородина-апельсин"	12		54,36	0,3	1,32	10,32
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	19		38	1,25	0,21	7,79
				381	91,16	484,56	19,54	20,93	54,24
Обед	Салаты		Салат "Витаминный" из свежей капусты с огурцом свежим (капуста б/к, огурец св., масло раст. соль, сахар, лимон к-	100		77,76	1,7	5,19	5,95
Обед	Первые блюда		Уха Рыбацкая с зеленью(филе минтая, картофель, лук, масло раст.,)	240		138,46	9,56	5,8	12,05
Обед	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "По-деревенски" (свинина, говядина, сухари панировачные, лук, соль)	90		212,21	12,02	11,36	15,48
Обед	Гарнир из овощей	№1	Рагу овощное (картофель, морковь, лук, масло подсол. соль)	150		133,74	2,94	3,53	22,37
Обед	Напитки	771	Напиток из вишни (вишня с/м, сахар)	200		40,7	0,25	0,13	9,93
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	19		38	1,25	0,21	7,79
				816	151,61	683,71	29,08	26,44	82,41
Полдник	Гранола		Гранола шоколадная с клубникой	32		115,2	2,28	0,44	24,8
Полдник	Напитки		Снежок	200		156	6	5	22
Полдник	Фрукты		Фрукт нектарин свежий	100		44	1,1	0,3	8,9
				332	90,23	315,2	9,38	5,74	55,7