

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	07.09.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Клюква вяленая 30г	60		184,8	0,06	0,84	45,66
				60		184,8	0,06	0,84	45,66
Завтрак	Салаты	19	Помидоры свежие с маслом	60		46,08	0,49	4,11	1,51
Завтрак	Блюда из рыбы	388	Котлета рыбная "Нежная"	90		221,65	11,86	17,35	4,5
Завтрак	Гарнир из	512	Рис припущенный	160		212,52	4,54	4,09	44,11
Завтрак	Горячие напитки	391	Чай "Ягодка"	200		35,71	0,1	0,04	8,73
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	20		40	1,32	0,22	8,2
				650	107,70	651,36	20,4	26,71	86,19

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	07.09.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Клюква вяленая 30г	60		184,8	0,06	0,84	45,66
				60		184,8	0,06	0,84	45,66
Завтрак	Бутерброды		Тост с сыром "Гауда"	31,5		93,65	5,3	4,05	8,99
Завтрак	Каши	174	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	200		190,01	6,68	7,4	23,86
Завтрак	Горячие напитки	693	Какао-напиток молочный с 13 витаминами	200		91,7	4,32	3,45	9,98
Завтрак	Мучные изделия		Оладушки пышные с яблоком и морковью	28		67,97	1,51	1,67	11,71
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	45		46,8	2,88	1,58	5,36
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	20		40	1,32	0,22	8,2
				524,5		530,13	22,01	18,37	68,1
Обед	Салаты		Помидоры свежие (порционно)	60		10,8	0,53	0,12	1,61
Обед	Первые блюда		Уха Рыбачья с минтаем и зеленью (масло раст)	240		138,46	9,56	5,8	12,05
Обед	Блюда из мяса	271	Котлета мясная "По-домашнему"	90		233,32	13,6	15,08	10,8
Обед	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (гребешок)	150		254,2	6,71	4,89	45,84
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		55			13,75
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	15		30	0,99	0,17	6,15
				900	246,10	831,96	33,47	26,58	114,45