

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	08.09.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Мучные изделия		Оладьи	30		90,32	2,17	2,66	14,41
				30		90,32	2,17	2,66	14,41
Завтрак	Бутерброды		Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	31,5		86,17	6,22	4,13	6,04
Завтрак	Блюда из мяса	433	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	90		161,45	9,86	11,9	3,16
Завтрак	Гарнир из овощей	520	Пюре картофельное	150		138,76	3,32	4,11	21,9
Завтрак	Напитки	639	Напиток из сухофруктов	200		61,78	0,46	0,02	14,91
Завтрак	Соки и напитки 30%		Йогурт питьевой яблоко-тархун	80		59,2	2,24	2	8,8
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	19		45,98	1,54	0,48	8,87
				570,5	107,70	553,34	23,64	22,64	63,68

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	08.09.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Мучные изделия		Оладьи	30		90,32	2,17	2,66	14,41
				30		90,32	2,17	2,66	14,41
Завтрак	Бутерброды	18	Масло сладко-сливочное порционно	8,75		57,93	0,09	6,34	0,12
Завтрак	Бутерброды		Сыр плавленый "Дружба" в инд.	16,25		40,63	1,46	3,25	1,46
Завтрак	Первые блюда		Суп молочный с макаронными изделиями	200		148,88	5,88	5,13	18,53
Завтрак	Горячие напитки	692	Кофейный напиток с цикорием и молоком	200		95,1	3,91	3,03	12,17
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 пшеничный "Здоровье" с отрубями	30		72,6	2,43	0,75	14,01
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				520		509,94	18,13	20,54	61,06
Обед	Салаты		Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	60		43,65	0,46	3,84	1,75
Обед	Первые блюда		Борщ с капустой, картофелем с мясом говядины, сметаной и зеленью	244		173,74	7,77	11,08	10,62
Обед	Блюда из мяса	436	Жаркое "По-деревенски" с мясом	150		281,91	14,45	15,38	20,58
Обед	Кисель	270	Кисель витаминизированный	200		95			23,5
Обед	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				794	246,10	737,7	26,25	31,66	85,09