

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	24.09.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты	№ 101	Кукуруза сладкая, бланшированная	40		17,6	0,8		3,6
Обед	Первые блюда	171	Суп-пюре (картофель, морковь, молоко, мука, масло сл. гренки)	250		195,52	5,79	7,19	26,3
Обед	Блюда из птицы		Котлета из мяса птицы "Куриная ножка" (куриное филе, хлеб пшеничный, соль, специи)	90		237,2	12,32	16,72	9,36
Обед	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (макароны, масло слив. соль)	180		305,04	8,05	5,87	55,01
Обед	Напитки	771	Напиток вишнёвый (пюре из вишни,	200		42	0,04		10,4
Обед	Фрукты		Фрукт слива свежая	100		46	0,7	0,28	10,02
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	26		62,4	1,92	0,6	12,35
				886	138,40	905,76	29,62	30,66	127,04

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	24.09.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "Белорусская"	90		182,27	10,1	11,23	10,2
Завтрак	Гарнир из круп	168	Гречка отварная рассыпчатая (масло слив.)	150		190,6	5,9	4,75	30,67
Завтрак	Горячие напитки	391	Чай "Ягодка"	200		35,71	0,1	0,04	8,73
Завтрак	Мороженое		Мороженое молочное шоколадное в вафельном стаканчике 90гр	90		152,1	3,6	5,76	21,51
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	17		40,8	1,26	0,39	8,08
				567		649,88	22,58	22,67	88,53
Обед	Салаты	№ 101	Кукуруза сладкая, бланшированная	30		13,2	0,6		2,7
Обед	Первые блюда	171	Суп-пюре из картофеля с гренками	265		207,25	6,14	7,62	27,88
Обед	Блюда из птицы		Котлета из мяса птицы "Куриная ножка"	90		237,2	12,32	16,72	9,36
Обед	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (Рожки, масло слив)	150		254,2	6,71	4,89	45,84
Обед	Напитки	771	Напиток вишнёвый (пюре)	200		42	0,04		10,4
Обед	Фрукты		Фрукт слива свежая	100		46	0,7	0,28	10,02
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	16		38,4	1,18	0,37	7,6
				851	246,10	838,25	27,69	29,88	113,8

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	24.09.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты		Салат "Витаминный" из свежей капусты	60		48,83	1,13	3,12	3,94
Завтрак	Блюда из рыбы	388	Котлета рыбная "Нежная"	90		221,65	11,86	17,35	4,5
Завтрак	Гарнир из	512	Рис припущенный	150		199,24	4,26	3,83	41,35
Завтрак	Напитки	771	Напиток смородиновый (пюре)	200		44	0,04		11,2
Завтрак	Фрукты		Фрукт слива свежая	100		46	0,7	0,28	10,02
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	28		67,2	2,07	0,64	13,3
				628	107,70	626,92	20,06	25,22	84,31
Завтрак	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "Белорусская"	90		182,27	10,1	11,23	10,2
Завтрак	Гарнир из круп	168	Гречка отварная рассыпчатая (масло слив.)	150		190,6	5,9	4,75	30,67
Завтрак	Напитки	771	Напиток яблочный	200		41,9	0,08	0,08	9,96
Завтрак	Мороженое		Мороженое молочное шоколадное в вафельном стаканчике 90гр	90		152,1	3,6	5,76	21,51
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	25		63	2	0,33	13
				555	107,70	629,87	21,68	22,15	85,34