

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	10.02.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	31,5		86,17	6,22	4,13	6,04
Завтрак	Каши		Каша молочная ячневая с маслом сливочным	200		191,7	6,36	7,4	23,53
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном	200		17,71	0,05	0,01	4,15
Завтрак	Соки и напитки 30%		Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 80мл	160		107,68	4,32	4	13,6
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
				608,5		446,1	18,31	15,76	56,16
Обед	Салаты		Капуста квашеная с маслом	80		59,3	1,42	4,08	3,66
Обед	Первые блюда		Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	250		130,2	4,02	11,77	13,55
Обед	Блюда из мяса	433	Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским	90		217,89	12,84	16,37	4,09
Обед	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное	170		157,26	3,76	4,66	24,82
Обед	Напитки	771	Напиток смородиновый (концентрат)	200		51,8			12,95
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	29		73,08	2,32	0,38	15,08
				819	246,10	689,53	24,36	37,26	74,15

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	10.02.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	31,5		86,17	6,22	4,13	6,04
Завтрак	Блюда из творога		Запеканка из творога с абрикосовым джемом	146		347,64	23,2	14,32	30,18
Завтрак	Горячие напитки		Чай Ройбуш	200		0,01			
				377,5	107,70	433,82	29,42	18,45	36,22
Завтрак	Бутерброды		Тост ржаной с маслом сливочным	25,75		95,67	2,42	6,82	6,16
Завтрак	Салаты		Капуста свежая с маслом	80		62,07	1,3	4,14	4,75
Завтрак	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "По-деревенски"**	90		212,21	12,02	11,36	15,48
Завтрак	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное	190		175,76	4,21	5,21	27,74
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном	200		17,71	0,05	0,01	4,15
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	22		55,44	1,76	0,29	11,44
				607,75	107,70	618,86	21,76	27,83	69,72