

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	17.02.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты		Помидоры свежие (порционно) (Томаты свежие, Соль поваренная	60		10,8	0,53	0,12	1,61
Обед	Первые блюда		Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	250		168,11	6,66	11,57	8,89
Обед	Блюда из рыбы		Котлета рыбная "Нежная" (филе минтая, куриное филе, клетчатка, специи, лук, соль, яичный и молочный белок, масло подс., сух. паниров.)	90		221,65	11,86	17,35	4,5
Обед	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл, соль)	150		138,76	3,32	4,11	21,9
Обед	Напитки	631,63 2	Напиток из свежих яблок	200		42,93	0,09	0,09	10,18
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	20		50,4	1,6	0,26	10,4
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	20		40	1,32	0,22	8,2
				790	138,40	672,65	25,38	33,72	65,68

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	17.02.26		
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 из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	229		210,45	6,98	8,7	24,9
Завтрак	Горячие напитки		Чай Ройбуш	200		0,01			
Завтрак	Соки и напитки 30%		Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	80		67,3	2,7	2,5	8,5
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
				557,5		406,77	17,26	15,55	48,28
Обед	Салаты		Помидоры свежие (порционно)	80		14,4	0,7	0,16	2,15
Обед	Первые блюда		Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	250		168,11	6,66	11,57	8,89
Обед	Блюда из рыбы		Котлета рыбная "Нежная"	90		221,65	11,86	17,35	4,5
Обед	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное	150		138,76	3,32	4,11	21,9
Обед	Напитки	631,63 2	Напиток из свежих яблок	200		42,93	0,09	0,09	10,18
Обед	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	120		56,4	0,56	0,48	11,76
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	11		22	0,73	0,12	4,51
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
				918	246,10	707,09	25,28	34,1	72,73

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	17.02.26		
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	Блюда из рыбы		Котлета рыбная "Нежная"	90		221,65	11,86	17,35	4,5
Завтрак	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное	190		175,76	4,21	5,21	27,74
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		18,39	0,06	0,01	4,21
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	21		50,4	1,55	0,48	9,98
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный тостовый	20		53,2	1,66	0,46	10,58
				531	107,70	585,5	19,44	30,76	57,15
Завтрак	Бутерброды		Тост с ржаным хлебом, маслом сливочным и сыром "Гауда"	43		153,95	6,73	11,19	6,58
Завтрак	Каши		Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	229		210,45	6,98	8,7	24,9
Завтрак	Горячие напитки		Чай с апельсином	200		18,74	0,06	0,01	4,57
Завтрак	Соки и напитки 30%		Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	80		67,3	2,7	2,5	8,5
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	22		89,76	2,75	1,76	12,76
				574	107,70	540,2	19,22	24,16	57,31