

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	07.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Тост двойной с сыром "Гауда"	69		188,75	13,61	9,05	13,22
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 лимоном	200		17,71	0,05	0,01	4,15
Завтрак	Соки и напитки 30%		Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	80		67,3	2,7	2,5	8,5
			578	107,70	484,21	23,34	20,26	50,77	
Завтрак	Бутерброды		Тост ржаной с маслом сливочным	25,75		95,67	2,42	6,82	6,16
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 апельсином	200		18,74	0,06	0,01	4,57
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Изобилие"	23		63,71	1,86	0,6	12,74
			528,75	107,70	575,53	20,41	29,99	55,71	

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	07.04.26		
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 с лимоном	200		17,71	0,05	0,01	4,15
Завтрак	Соки и напитки 30%		Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	80		67,3	2,7	2,5	8,5
			540,5			381,63	15,95	15,34	43,59
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	160		148,01	3,54	4,38	23,36
Обед	Напитки	631,63 2	Напиток из свежих яблок	200		41,99	0,08	0,08	9,98
Обед	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	20		40	1,32	0,22	8,2
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Изобилие"	21		58,17	1,7	0,55	11,63
			921		246,10	739,33	26,33	34,71	78,51