

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	09.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты		Капуста квашеная с маслом(капуста квашеная, лук зеленый, масло подсол., сахар)	60		44,48	1,07	3,06	2,75
Обед	Первые блюда		Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	233		181,5	9,25	11,19	10,73
Обед	Блюда из мяса	433	Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским (свинина, сметана, перец сл., лук репч.,укроп свеж., мука, масло раст., чеснок)	90		217,89	12,84	16,37	4,09
Обед	Гарнир из овощей	№1	Картофельные дольки по-деревенски (картофель, соль, масло подс. чеснок, базилик, томат суш.)	150		135,52	3,26	1,76	26,57
Обед	Напитки	639	Напиток из сухофруктов	200		61,78	0,46	0,02	14,91
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	23		55,66	1,86	0,58	10,74
				756	138,40	696,83	28,74	32,98	69,79

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	09.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Тост ржаной с маслом сливочным	25,75		95,67	2,42	6,82	6,16
Завтрак	Блюда из мяса		Плов ароматный с мясом	183		352,23	15,59	14,18	44,13
Завтрак	Напитки	771	Напиток из вишни	200		40,7	0,25	0,13	9,93
Завтрак	Соки и напитки 30%		Ряженка м.д.ж. 2,5% апельсин	80		47,76	2,4	2	5,04
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	26		62,92	2,11	0,65	12,14
				514,75	107,70	599,28	22,77	23,78	77,4
Завтрак	Блюда из рыбы		Котлета из белой рыбки	90		249,22	13,29	18,98	6,31
Завтрак	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное	180		166,51	3,98	4,93	26,28
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном	200		17,71	0,05	0,01	4,15
Завтрак	Мучные изделия		Оладьи мини	25		76,26	1,26	1,76	12,51
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Мармелад со вкусом "Вишня-апельсин"	12		34,8	0,24	1,44	5,64
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	18		42,3	1,58	0,61	7,34
				525	107,70	586,8	20,4	27,73	62,23

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	09.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каши		Каша молочная геркулесовая Царь с клубникой и яблоком и маслом	200		190,24	6,49	8,24	21,53
Завтрак	Изделия кондитерские мучные		Пряник песочный шоколадный	50		273,89	3,65	15,17	30,69
Завтрак	Горячие напитки		Чай Ройбуш	200		0,01			
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	45		46,8	2,88	1,58	5,36
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34
				515		559,34	14,64	25,49	66,92
Обед	Салаты		Капуста квашеная с маслом	80		59,3	1,42	4,08	3,66
Обед	Первые блюда		Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	241		187,73	9,57	11,58	11,1
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	Картофельные дольки по-деревенски	160		144,55	3,48	1,88	28,34
Обед	Напитки	639	Напиток из сухофруктов	200		61,78	0,46	0,02	14,91
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 ржано-пшеничный "Баварский"	19		44,65	1,67	0,65	7,75
				910	246,10	811,3	31,53	35,48	88,99