

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	13.04.26		
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		Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты	250		120,38	4,67	6,3	10,88
Обед	Блюда из птицы		Наггетсы куриные хрустящие	78		181,95	8,03	10,23	14,45
Обед	Гарнир из круп	№168	Гречка отварная рассыпчатая (крупка гречневая, масло слив, соль)	150		174,42	5,3	4,63	27,53
Обед	Напитки	771	Напиток фруктовый (яблоко)	200		26,88			6,72
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	22		52,8	1,63	0,51	10,45
				740	138,40	574,03	20,43	21,67	73,63

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	13.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Тост с пшеничным хлебом, маслом сливочным и сыром "Гауда"	40,25		151,58	5,38	10,39	9,12
Завтрак	Блюда из птицы	433	Шурпа "По-домашнему" из мяса птицы монолит	153		218,92	16,61	9,06	17,53
Завтрак	Напитки	771	Напиток из ягод (Я-Я № 3 клубника, вишня, яблоко)	200		42,5	0,13	0,1	10,25
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	19		45,6	1,41	0,44	9,03
				412,25	107,70	458,6	23,53	19,99	45,93
Завтрак	Блюда из рыбы		Котлета рыбная "Нежная"	90		221,65	11,86	17,35	4,5
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (улитки)	150		255,81	6,72	4,89	45,84
Завтрак	Напитки	771	Напиток смородиновый (концентрат)	200		51,8			12,95
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	18		43,2	1,33	0,41	8,55
				558	107,70	619,46	20,38	23,05	81,64

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	13.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное порционно	8,75		57,93	0,09	6,34	0,12
Завтрак	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "Белорусская"	90		182,27	10,1	11,23	10,2
Завтрак	Гарнир из	№168	Гречка отварная рассыпчатая	150		174,42	5,3	4,63	27,53
Завтрак	Горячие напитки		Чай Ройбуш	200		0,01			
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	20		50,4	1,6	0,26	10,4
				468,75		465,03	17,09	22,46	48,25
Обед	Салаты	№ 101	Кукуруза сладкая, бланшированная	30		13,2	0,6		2,7
Обед	Первые блюда		Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты	250		120,38	4,67	6,3	10,88
Обед	Блюда из птицы		Наггетсы куриные хрустящие 26 гр (3 штуки)	78		181,95	8,03	10,23	14,45
Обед	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (улитки)	150		255,81	6,72	4,89	45,84
Обед	Соки и напитки 30%		Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп.	200		92			23
Обед	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	24		57,6	1,78	0,55	11,4
				832	246,10	767,94	22,27	22,37	118,07