

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	14.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты		Капуста квашеная с маслом(капуста квашеная, лук зеленый, масло подсол., сахар)	50		37,06	0,89	2,55	2,29
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 (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	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл, соль)	150		137,23	3,29	3,99	21,82
Обед	Напитки	771	Напиток из ягод	200		42,5	0,13	0,1	10,25
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	21		50,82	1,7	0,53	9,81
				761	138,40	615,7	22,87	35,31	61,81

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	14.04.26		
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	Блюда из творога		Запеканка из творога джемом лесные ягоды	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		Огурцы свежие с маслом	80		65,4	0,49	6,08	2,38
Завтрак	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "Белорусская"	90		182,27	10,1	11,23	10,2
Завтрак	Гарнир из овощей	№1	Картофельные дольки по-деревенски	150		134,22	3,26	1,65	26,5
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном	200		17,71	0,05	0,01	4,15
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	25		60,5	2,03	0,63	11,68
				570,75	107,70	555,77	18,35	26,42	61,07
Завтрак	Салатный микс		Хрустящий овощной микс 12 гр.	12		56,23	0,58	2,32	8,26
				12		56,23	0,58	2,32	8,26

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	14.04.26		
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 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 ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	160		134,6	5,4	5	17
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34
				611,5		478,58	19,65	17,04	60,06
Завтрак	Салатный микс		Хрустящий овощной микс 12 гр.	12		56,23	0,58	2,32	8,26
				12		56,23	0,58	2,32	8,26
Обед	Салаты		Капуста квашеная с маслом	80		59,29	1,43	4,08	3,67
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	160		146,38	3,51	4,26	23,27
Обед	Напитки	771	Напиток смородиновый (концентрат)	200		51,8			12,95
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	14		33,88	1,13	0,35	6,54
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				814	246,10	687,44	24,41	37,29	73,57