

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	16.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты	19	Помидоры свежие	80		14,4	0,7	0,16	2,15
Обед	Первые блюда		Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	234		275,99	13,84	11,83	26,61
Обед	Блюда из мяса	423	Бефстроганов из мяса (свинина, масло подсол., лук реп, мука, сметана, соль)	90		212,52	12,71	15,87	3,85
Обед	Гарнир из овощей	№1	Картофельные дольки по-деревенски (картофель, соль, масло подс. чеснок, базилик, томат суш.)	150		134,22	3,26	1,65	26,5
Обед	Напитки	771	Напиток из вишни (вишня с/м, сахар)	200		40,7	0,25	0,13	9,93
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	25		50	1,65	0,28	10,25
				779	138,40	727,83	32,41	29,92	79,29

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	16.04.26		
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	Салаты		Огурцы свежие с маслом	80		65,4	0,49	6,08	2,38
Завтрак	Блюда из мяса		Плов ароматный с мясом	160		307,96	13,63	12,4	38,58
Завтрак	Горячие напитки		Чай чёрный	200		0,01			
Завтрак	Соки и напитки 30%		Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл	80		53,84	2,16	2	6,8
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	17		34	1,12	0,19	6,97
				567	107,70	575,71	19,12	28,42	64,21
Завтрак	Салаты	19	Помидоры свежие (без соли)	80		14,4	0,7	0,16	2,15
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		164,68	3,95	4,79	26,18
Завтрак	Горячие напитки		Чай с апельсином	200		18,74	0,06	0,01	4,57
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	23		55,66	1,86	0,58	10,74
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	20		40	1,32	0,22	8,2
				593	107,70	542,7	21,18	24,74	58,15

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	16.04.26		
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 маслом сливочным	200		180,2	6,03	7,57	20,91
Завтрак	Изделия кондитерские мучные		Печенье "Кокосанка"	50		271,43	2,84	16,55	27,78
Завтрак	Горячие напитки		Чай чёрный	200		0,01			
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша	45		46,8	2,88	1,58	5,31
				526,5		584,61	17,97	29,83	60,04
Обед	Салаты	19	Помидоры свежие (без соли)	80		14,4	0,7	0,16	2,15
Обед	Первые блюда		Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	250		294,86	14,79	12,64	28,43
Обед	Блюда из мяса	423	Бефстроганов из мяса (свинина)	90		212,52	12,71	15,87	3,85
Обед	Гарнир из овощей	№1	Картофельные шарики запеченные	150		139,7	3,36	1,82	27,38
Обед	Напитки	771	Напиток из вишни	200		40,7	0,25	0,13	9,93
Обед	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	21		42	1,39	0,23	8,61
				891	246,10	791,18	33,67	31,25	90,15