

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	21.04.26		
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	Блюда из рыбы	388	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	№ 391	Чай с лимоном и сахаром	200		18,39	0,06	0,01	4,21
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Изобилие"	21		58,17	1,7	0,55	11,63
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				531	107,70	588,07	19,41	30,83	57,72
Завтрак	Бутерброды		Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	31,5		86,17	6,22	4,13	6,04
Завтрак	Каши	177	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	200		190,01	6,68	7,4	23,86
Завтрак	Изделия кондитерские мучные		Печенье "Карамелька"	55		223,69	4,28	5,13	40,1
Завтрак	Горячие напитки		Чай Ройбуш	200		0,01			
Завтрак	Мороженое		Мороженое молочное ванильное с клубникой и пребиотиком	55		86,9	1,43	2,64	14,41
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	10		25,2	0,8	0,13	5,2
				551,5	107,70	611,98	19,41	19,43	89,61

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	21.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Тост с ржаным хлебом, маслом сливочным и сыром "Гауда"	40,25		144,1	6,3	10,47	6,16
Завтрак	Каши	177	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	220		209,01	7,35	8,14	26,25
Завтрак	Горячие напитки	№ 391	Чай с лимоном и сахаром	200		18,39	0,06	0,01	4,21
Завтрак	Мороженое		Мороженое кокосовое "Сорбет Кокос"	70		84	0,42	3,15	13,58
				530,25		455,5	14,13	21,77	50,2
Обед	Салаты	№ 101	Кукуруза сладкая, бланшированная	30		13,2	0,6		2,7
Обед	Первые блюда		Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	239		160,71	6,37	11,06	8,5
Обед	Блюда из рыбы	388	Котлета рыбная "Нежная"	90		221,65	11,86	17,35	4,5
Обед	Гарнир из овощей	№1	Картофельные дольки по-деревенски	150		135,52	3,26	1,76	26,57
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 пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	20		50,4	1,6	0,26	10,4
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	20		40	1,32	0,22	8,2
				849	246,10	710,47	25,56	31,13	80,65