

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	22.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты		Огурцы свежие (порционно) (Огурцы свежие, соль йодированная)	60		9	0,39	0,07	1,88
Обед	Первые блюда		Рассольник "Ленинградский" с мясом свинины сметаной и зеленью	250		184,64	6,65	11,6	12,9
Обед	Блюда из мяса	437	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" (свинина, томат. паста, лук, масло раст., мука, соль.)	102		182,98	11,17	13,49	3,58
Обед	Гарнир из круп		Гречка отварная (крупа гречневая, масло раст, соль)	150		202,5	5,85	6,12	30,6
Обед	Соки и напитки 30%		Нектар Ягода-сочнягода ТМ Моя семья 0,2л	200		72			18
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	18		36	1,19	0,2	7,38
			800		138,40	735,52	26,87	31,98	83,68

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	22.04.26		
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 творога		Запеканка из творога со сгущенным молоком	146		358,93	24,57	15,97	27,85
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		17,03	0,03		4,09
Завтрак	Соки и напитки 30%		Кефир	80		40	2,4	2	3,12
				451,75		511,63	29,42	24,79	41,22
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		Огурцы свежие (порционно)	80		12	0,52	0,09	2,5
Обед	Первые блюда		Рассольник "Ленинградский" (со свининой, сметаной, зеленью, с маслом	244		180,21	6,49	11,32	12,59
Обед	Блюда из мяса	437	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	90		161,45	9,86	11,9	3,16
Обед	Гарнир из круп		Гречка отварная рассыпчатая (масло раст.)	150		202,5	5,85	6,12	30,6
Обед	Соки и напитки 30%		Нектар Ягода-сочнягода ТМ Моя семья 0,2л	200		72			18
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	27		65,34	2,19	0,68	12,61
				791	246,10	693,5	24,91	30,11	79,46

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	22.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
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
Завтрак	Блюда из птицы	433	Шурпа "По-деревенски" из филе грудки куриной	153		218,92	16,61	9,06	17,53
Завтрак	Изделия кондитерские мучные		Пряник песочный шоколадный	50		273,89	3,65	15,17	30,69
Завтрак	Напитки	771	Напиток фруктовый (яблоко) концентрат	200		26,88			6,72
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	45		46,8	2,88	1,58	5,36
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	32		75,2	2,82	1,09	13,06
				480	107,70	641,69	25,96	26,9	73,36
Завтрак	Каши		Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200		218,12	6,92	7,74	29,78
Завтрак	Напитки	638	Напиток из кураги	200		60,82	0,56	0,13	14,16
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Завтрак	Мучные изделия		Блинчики с вареным сгущенным молоком	70		140,24	2,82	5,8	18,93
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	45		46,8	2,88	1,58	5,36
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	14		28	0,92	0,15	5,74
				629	107,70	540,98	14,57	15,8	83,77