

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	01.07.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное 10гр в инд.	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Каши		Каша молочная пшённая (крупа пшено, молоко, сахар, соль, масло сл.)	200		198,18	6,81	7,86	24,31
Завтрак	Горячие напитки	689	Цикорий с молоком	200		94,2	3,72	3	12,18
Завтрак	Соки и напитки 30%		Йогурт печеное яблоко питьевой	200		148	5,6	5	22
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	18		36	1,19	0,2	7,38
				628	91,16	542,48	17,42	23,31	66,01
Обед	Салаты		Нарезка из свежих огурцов с луком зелёным, маслом и зеленью	100		59,93	0,68	5,11	3,03
Обед	Первые блюда		Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с гренками (капуста цвет., морковь, сливки, молоко, масло сл., сыр, хлеб пшен.)	250		168,96	6,21	6,55	20,92
Обед	Блюда из мяса	423	Бефстроганов из мяса (говядина) (говядина, лук реп., сметана, мука пш., масло подсол., соль)	92		247,88	17,04	18,44	3,45
Обед	Гарнир из овощей	№1	Картофель отварной (картофель, соль, масло слив)	160		162,18	3,35	4,52	26,93
Обед	Напитки	270	Напиток из шиповника (шиповник суш., сахар)	200		57,6	0,54	0,22	13,73
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	19		45,98	1,54	0,48	8,87
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	18		36	1,19	0,2	7,38
				839	151,61	778,53	30,55	35,52	84,31
Полдник	Изделия кондитерские мучные		Пряник песочный шоколадный	50		273,89	3,65	15,17	30,69
Полдник	Соки и напитки 30%		Молоко питьевое ванильное обогащенное витаминами	200		134,6	5,4	5	17
				250	90,23	408,49	9,05	20,17	47,69