

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	03.07.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Тост с сыром "Гауда"	31,5		93,65	5,3	4,05	8,99
Завтрак	Каши		Каша молочная "Дружба" с маслом (рис,пшено, сахар, молоко, соль, масло сл.)	200		218,12	6,92	7,74	29,78
Завтрак	Горячие напитки	693	Какао-напиток молочный с 13 витаминами (молоко, какао-порошок,	200		91,7	4,32	3,45	9,98
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп.125мл	125		57,5			14,38
				556,5	91,16	460,97	16,54	15,24	63,13
Обед	Салаты		Нарезка из свежих помидоров с луком зелёным, маслом и зеленью	100		62,63	0,89	5,19	2,63
Обед	Первые блюда		Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины, сметаной и зеленью	250		174,86	7,95	10,05	12,97
Обед	Блюда из птицы		Наггетсы куриные хрустящие	78		181,95	8,03	10,23	14,45
Обед	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (макароны, масло сл. соль)	150		255,81	6,72	4,89	45,84
Обед	Напитки	771	Напиток фруктовый (яблоко)	200		26,88			6,72
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	37		74	2,44	0,41	15,17
				815	151,61	776,13	26,03	30,77	97,78
Полдник	Изделия кондитерские мучные		"Крендель сахарный"	50		248,11	3,43	10,98	33,82
Полдник	Соки и напитки 30%		Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп.	200		92			23
Полдник	Соки и напитки 30%		Йогурт персик+манго питьевой	200		148	5,6	5	22
Полдник	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша	45		46,8	2,88	1,58	5,31
				495	90,23	534,91	11,91	17,56	84,13