

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	05.06.26		
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%		Йогурт персик+манго питьевой	200		148	5,6	5	22
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
				731,5	91,16	598,47	22,61	20,64	80,55
Обед	Салаты		Нарезка из свежих помидоров с луком зеленым, 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)	170		289,92	7,61	5,54	51,95
Обед	Напитки	771	Напиток фруктовый (яблоко)	200		26,88			6,72
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	23		46	1,52	0,25	9,43
				821	151,61	782,24	26	31,26	98,15
Полдник	Изделия кондитерские мучные		Печенье "Кокосанка"	50		271,43	2,84	16,55	27,78
Полдник	Соки и напитки 30%		Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп.	200		92			23
Полдник	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	45		46,8	2,88	1,58	5,36
				295	90,23	410,23	5,72	18,13	56,14