

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	18.03.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты	№1	Кукуруза сладкая, бланшированная	30		13,2	0,6		2,7
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		Рис припущенный (рис, масло раст.	150		211,14	4,21	5,2	41,28
Обед	Соки и напитки 30%		Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл	200		88			22
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	23		57,96	1,84	0,3	11,96
				755	138,40	737,92	24,47	30,59	94,42

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	18.03.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Блюда из птицы		Котлета из мяса птицы "Куриная ножка"	90		237,2	12,32	16,72	9,36
Завтрак	Гарнир из овощей	№1	Овощи тушеные	180		64,46	3,07	1,54	9,49
Завтрак	Изделия кондитерские мучные		Пряник песочный шоколадный	50		273,89	3,65	15,17	30,69
Завтрак	Напитки	771	Напиток яблочный	200		41,9	0,08	0,08	9,96
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"	22		51,7	1,94	0,75	8,98
				587	107,70	715,95	23,94	35,84	73,84
Завтрак	Каши		Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200		218,12	6,92	7,74	29,78
Завтрак	Напитки	639	Напиток из сухофруктов	200		61,78	0,46	0,02	14,91
Завтрак	Фрукты		Фрукт мандарин свежий	80		30,4	0,64	0,16	6
Завтрак	Мучные изделия		Блинчики с яблоком	70		171,74	2,12	3,7	33,28
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша	45		46,8	2,88	1,58	5,31
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	15		30	0,99	0,17	6,15
				610	107,70	558,84	14,01	13,37	95,43

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	18.03.26		
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	150		302,76	23,84	14,71	17,41
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
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Мёд натуральный в инд. уп.10гр.	10		28,4			7,1
				465,75		483,86	28,69	23,53	37,88
Обед	Салаты	№1	Кукуруза сладкая, бланшированная	30		13,2	0,6		2,7
Обед	Первые блюда		Рассольник "Ленинградский" (со свининой, сметаной, зеленью, с маслом	238		175,78	6,33	11,04	12,28
Обед	Блюда из мяса	437	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	90		161,45	9,86	11,9	3,16
Обед	Гарнир из		Рис припущенный (масло раст.)	150		211,14	4,21	5,2	41,28
Обед	Соки и напитки 30%		Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл	200		88			22
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	15		30	0,99	0,17	6,15
				740	246,10	722,41	23,35	28,53	96,41