

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	27.03.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Тост пшеничный с маслом сливочном	25,75		103,15	1,5	6,73	9,12
Завтрак	Блюда из птицы		Наггетсы куриные хрустящие 26 гр (3 штуки)	78		181,95	8,03	10,23	14,45
Завтрак	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное	160		148,01	3,54	4,38	23,36
Завтрак	Напитки	771	Напиток из вишни	200		40,7	0,25	0,13	9,93
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	27		54	1,78	0,3	11,07
				490,75	107,70	527,81	15,1	21,77	67,93
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 мяса	433	Поджарка из мяса (свинина томаты с/м)	90		210,95	11,82	14,97	6,3
Завтрак	Гарнир из овощей	№1	Овощное рагу	150		135,35	3,28	4,05	21,41
Завтрак	Напитки	639	Напиток из сухофруктов	200		61,78	0,46	0,02	14,91
Завтрак	Соки и напитки 30%		Йогурт питьевой яблоко-тархун	80		59,2	2,24	2	8,8
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	19		38	1,25	0,21	7,79
				556	107,70	548,12	20,41	21,47	68,05

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	27.03.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Тост пшеничный с маслом сливочном	25,75		103,15	1,5	6,73	9,12
Завтрак	Блюда из творога		Запеканка из творога со сгущенным молоком	150		368,76	25,24	16,41	28,61
Завтрак	Горячие напитки		Чай чёрный	200		0,01			
				375,75		471,92	26,74	23,14	37,73
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 с маслом	80		56,25	0,49	5,08	2,35
Обед	Первые блюда		Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью (масло раст)	240		138,46	9,56	5,8	12,05
Обед	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "Белорусская"	90		182,27	10,1	11,23	10,2
Обед	Гарнир из овощей	№1	Овощи тушеные	150		53,72	2,56	1,28	7,91
Обед	Соки и напитки 30%		Нектар Ягода-сочнягода ТМ Моя семья 0,2л	200		72			18
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	18		45,36	1,44	0,23	9,36
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	10		20	0,66	0,11	4,1
				788	246,10	568,06	24,81	23,73	63,97