

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	01.10.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты		Огурцы свежие (порционно) (Огурцы свежие, соль йодированная)	60		9	0,39	0,07	1,88
Обед	Первые блюда		Суп картофельный с рисом с мясом говядины, со сметаной и зеленью	250		187,78	7,81	11,42	13,52
Обед	Блюда из мяса	437	Гуляш мясной (свинина, мука, паста томат., лук реп., масло подсол. соль)	101		188,98	11,1	14,12	3,75
Обед	Гарнир из макаронных изделий	516	Макаронные изделия отварные (макароны, масло слив. соль)	150		254,2	6,71	4,89	45,84
Обед	Напитки	771	Напиток клюквенный (Пюре из клюквы, Вода)	200		48	0,02		11,8
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	20		50,4	1,6	0,26	10,4
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	21		50,4	1,55	0,48	9,98
				802	138,40	788,76	29,18	31,24	97,17

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	01.10.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды	18	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "Белорусская"	90		182,27	10,1	11,23	10,2
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	516	Макаронные изделия отварные (рожки)	150		254,2	6,71	4,89	45,84
Завтрак	Напитки	771	Напиток клюквенный (пюре)	200		48	0,02		11,8
Завтрак	Соки и напитки 30%	698	Йогурт питьевой клубника-земляника	80		59,2	2,24	2	8,8
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	33		77,55	2,9	1,12	13,46
				563	107,70	687,32	22,07	26,49	90,24
Завтрак	Салаты		Салат "Витаминный" из свежей капусты	60		48,83	1,13	3,12	3,94
Завтрак	Блюда из рыбы	388	Котлета рыбная "Нежная"	90		221,65	11,86	17,35	4,5
Завтрак	Гарнир из овощей	520	Пюре картофельное	150		138,76	3,32	4,11	21,9
Завтрак	Напитки	639	Напиток из сухофруктов	200		61,78	0,46	0,02	14,91
Завтрак	Фрукты		Фрукт слива свежая	100		46	0,7	0,28	10,02
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	32		80,64	2,56	0,42	16,64
				632	107,70	597,66	20,03	25,3	71,91

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	01.10.26		
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	Первые блюда	161	Суп молочный с крупой ячневой	200		145,68	5,82	5,16	17,7
Завтрак	Горячие напитки	391	Чай "Ягодка"	200		35,71	0,1	0,04	8,73
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Джем Груша и банан Махеев	15		40,8			10,2
Завтрак	Мучные изделия		Оладьи мини	40		122,02	3,02	3,32	20,02
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог с земляникой и дыней со вкусом банановое мороженое ТМ "Растишка"	45		46,8	2,88	1,58	5,27
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				645,75		589,16	15,27	17,69	90,34
Обед	Салаты		Огурцы свежие (порционно)	60		9	0,39	0,07	1,88
Обед	Первые блюда		Суп картофельный с рисом с мясом говядины, со сметаной и зеленью	250		187,78	7,81	11,42	13,52
Обед	Блюда из мяса	437	Гуляш мясной	90		168,4	9,89	12,58	3,34
Обед	Гарнир из макаронных изделий	516	Макаронные изделия отварные (рожки)	150		254,2	6,71	4,89	45,84
Обед	Напитки	771	Напиток клюквенный (пюре)	200		48	0,02		11,8
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	20		50,4	1,6	0,26	10,4
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	29		69,6	2,15	0,67	13,78
				799	246,10	787,38	28,57	29,89	100,56