

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	06.10.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты	19	Помидоры свежие с маслом (помидоры свеж.,масло подс соль)	60		46,08	0,49	4,11	1,51
Обед	Первые блюда	114	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	250		175,9	6,7	11,53	10,88
Обед	Блюда из птицы		Фрикассе из филе куриного (куриное филе, сметана, лук, укроп, масло раст., соль, масло сл.)	92		164,36	13,92	10,1	4,29
Обед	Гарнир из круп		Гречка отварная (крупка гречневая, масло сл, соль)	150		190,6	5,9	4,75	30,67
Обед	Кисель	648	Кисель витаминизированный	200		95			23,5
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	17		37,74	2,33	0,48	6,04
				786	138,40	752,52	30,7	31,19	85,73

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	06.10.26		
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	Блюда из мяса	436	Шурпа "По-деревенски"	177		305,17	13,47	17,83	21,79
Завтрак	Напитки	846	Напиток из шиповника	200		57,6	0,54	0,22	13,73
Завтрак	Соки и напитки 30%	698	Йогурт питьевой клубника-земляника	80		59,2	2,24	2	8,8
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	18		43,2	1,33	0,41	8,55
				506,5	107,70	558,82	22,88	24,51	61,86
Завтрак	Салаты	19	Помидоры свежие с маслом	60		46,08	0,49	4,11	1,51
Завтрак	Блюда из птицы		Мясо птицы в сливочном соусе с макаронным гарниром	195		336,24	20,62	9,61	41,58
Завтрак	Горячие напитки	391	Чай "Ягодка"	200		35,71	0,1	0,04	8,73
Завтрак	Фрукты		Фрукт нектарин свежий	110		48,4	1,21	0,33	9,79
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	29		69,6	2,15	0,67	13,78
				594	107,70	536,03	24,57	14,76	75,39

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	06.10.26		
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	Бутерброды	18	Масло сладко-сливочное порционно	8,75		57,93	0,09	6,34	0,12
Завтрак	Первые блюда	120	Суп молочный с макаронными изделиями	200		148,88	5,88	5,13	18,53
Завтрак	Горячие напитки	692	Кофейный напиток с цикорием и молоком	200		95,1	3,91	3,03	12,17
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 пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	20		44,4	2,74	0,56	7,1
				522,25		529,6	22,16	20,91	61,02
Обед	Салаты	19	Помидоры свежие с маслом	80		61,44	0,65	5,48	2,01
Обед	Первые блюда	114	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	250		175,9	6,7	11,53	10,88
Обед	Блюда из мяса	436	Жаркое "По-деревенски" с мясом	150		281,91	14,45	15,38	20,58
Обед	Кисель	648	Кисель витаминизированный	200		95			23,5
Обед	Соки и напитки 30%		Нектар яблочно-грушевый с мякотью 125мл. ТМ "Мой"	125		60			15
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	20		50,4	1,6	0,26	10,4
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	21		46,62	2,88	0,59	7,46
				846	246,10	771,27	26,28	33,24	89,83