

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	07.10.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты	40	Салат "Витаминный" из свежей капусты (капуста б/к, морковь, масло раст. соль, сахар, лимон к-та.)	60		32,63	0,1	3,01	1,27
Обед	Первые блюда	139	Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	250		294,86	14,79	12,64	28,43
Обед	Блюда из рыбы	388	Котлета из белой рыбки (филе минтая, клетчатка, специи, лук, соль, яйцо , масло подс., сух. паниров.)	90		249,22	13,29	18,98	6,31
Обед	Гарнир из круп	382	Плов овощной (морковь, лук, рис, масло подс. томат паста, соль, приправа томат базилик чеснок паприка)	150		205,6	4,7	3,15	43,78
Обед	Напитки	771	Напиток "Вкус лета" (пюре) (Пюре из смеси ягод "Вкус лета", Вода)	200		44	0,08	0,02	10,7
Обед	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	21		50,4	1,55	0,48	9,98
				891	138,40	972,11	36,6	39,18	119,61

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	07.10.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты	100	Огурцы консервированные	30		3,6			0,9
Завтрак	Блюда из мяса	433	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	102		182,98	11,17	13,49	3,58
Завтрак	Гарнир из овощей	520	Пюре картофельное	150		138,76	3,32	4,11	21,9
Завтрак	Напитки	638	Напиток из абрикоса сушеного	200		93	1,25	0,1	21,25
Завтрак	Соки и напитки 30%		Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл	80		53,84	2,16	2	6,8
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	25		60,5	2,03	0,63	11,68
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				607	107,70	580,68	21,41	20,79	75,61
Завтрак	Блюда из творога		Сырники творожные ИП Попова	120		242,28	16,44	10,44	20,64
Завтрак	Соусы		Молоко сгущёное с сахаром	14		46,2	0,98	1,19	7,84
Завтрак	Горячие напитки	391	Чай чёрный с сахаром (1 грамм)	200		16,01			4
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	22		89,76	2,75	1,76	12,76
				356	107,70	394,25	20,17	13,39	45,24

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	07.10.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Блюда из творога		Сырники творожные ИП Попова	120		242,28	16,44	10,44	20,64
Завтрак	Соусы		Молоко сгущённое с сахаром	14		46,2	0,98	1,19	7,84
Завтрак	Горячие напитки	391	Чай чёрный с сахаром (1 грамм)	200		16,01			4
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	22		89,76	2,75	1,76	12,76
				456		441,25	20,64	13,79	55,04
Обед	Салаты	40	Салат "Витаминный" из свежей капусты	60		32,63	0,1	3,01	1,27
Обед	Первые блюда	139	Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	250		294,86	14,79	12,64	28,43
Обед	Блюда из рыбы	388	Котлета из белой рыбки	90		249,22	13,29	18,98	6,31
Обед	Гарнир из	382	Плов овощной	150		205,6	4,7	3,15	43,78
Обед	Напитки	771	Напиток "Вкус лета" (пюре)	200		44	0,08	0,02	10,7
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	21		50,82	1,7	0,53	9,81
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				791	246,10	925,13	36,14	38,79	109,8