

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	15.10.26		
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 рисовой	200		132,36	5,06	5,07	15,97
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		Блинчики (треугольник)	50		151,46	3,67	8,66	15,61
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащённый с малиной и со вкусом пломбира ТМ "Растишка"	45		47,25	2,88	1,58	5,4
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				655,75		605,73	15,16	22,94	84,33
Обед	Салаты	19	Помидоры свежие (порционно)	70		12,6	0,61	0,14	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	433	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	90		161,45	9,86	11,9	3,16
Обед	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (спирали)	150		255,8	6,71	4,89	45,84
Обед	Напитки	771	Напиток вишнёвый (пюре)	200		42	0,04		10,4
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинushка"	20		50,4	1,6	0,26	10,4
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				800	246,10	758,03	28,11	29,07	94,7

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	15.10.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты	19	Помидоры свежие (порционно)	80		14,4	0,7	0,16	2,15
Завтрак	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "По-деревенски"	90		201,02	11,13	11,02	14,33
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (спирали)	150		255,8	6,71	4,89	45,84
Завтрак	Напитки	771	Напиток смородиновый (пюре)	200		44	0,04		11,2
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"	21		50,4	1,55	0,48	9,98
				621	107,70	624,82	22,37	18,55	92,3
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	638	Напиток из абрикоса сушеного	200		93	1,25	0,1	21,25
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	80		37,6	0,38	0,32	7,84
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	23		57,96	1,84	0,3	11,96
				603	107,70	597,8	19,78	25,3	71,39

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	15.10.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты	19	Помидоры свежие (порционно) (Томаты свежие, Соль поваренная	70		12,6	0,61	0,14	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	433	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" (свинина, томат. паста, лук, масло раст., мука, соль.)	90		161,45	9,86	11,9	3,16
Обед	Гарнир из круп	512	Булгур припущенный (булгур, масло сл., соль)	180		219,01	5,88	5,08	36,91
Обед	Напитки	771	Напиток вишнёвый (пюре из вишни,	200		42	0,04		10,4
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	20		50,4	1,6	0,26	10,4
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	23		55,2	1,7	0,53	10,93
				833	138,40	728,44	27,5	29,33	87,2