

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	23.01.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Салаты		Огурцы свежие с маслом	65		45,7	0,4	4,13	1,91
Завтрак	Блюда из птицы		Котлета куриная "Куриная ножка" *	90		137,11	6,82	12,2	
Завтрак	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное	150		138,76	3,32	4,11	21,9
Завтрак	Напитки	771	Напиток фруктовый (яблоко) концентрат	200		26,88			6,72
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	25		63	2	0,33	13
			540	107,70	477,55	12,64	28,02	43,67	
Завтрак	Блюда из мяса	433	Бигус с мясом (свинина)	150		286,33	15,13	18,68	13,69
Завтрак	Изделия кондитерские мучные		Пряник песочный шоколадный	50		273,89	3,65	15,17	30,69
Завтрак	Напитки	270	Напиток из шиповника	200		57,6	0,54	0,22	13,73
Завтрак	Соки и напитки 30%		Снежок м.д.ж. 2,5%	80		62,4	2,4	2	8,8
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	15		30	0,99	0,17	6,15
			495	107,70	710,22	22,71	36,24	73,06	

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	23.01.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Тост с маслом сливочным	27		111,42	1,51	7,64	9,13
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макароны запеченные с сыром (СПИРАЛИ, масло подсол.)	180		331,55	10,13	10,18	49,42
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		18,39	0,06	0,01	4,21
Завтрак	Соки и напитки 30%		Снежок м.д.ж. 2,5%	80		62,4	2,4	2	8,8
			487			523,76	14,1	19,83	71,56
Обед	Салаты		Огурцы свежие (порционно)	80		12	0,52	0,09	2,5
Обед	Первые блюда	433	Шурпа "По-деревенски" для первых блюд	200		303,72	14,37	18,75	18,42
Обед	Блюда из рыбы		Котлета из белой рыбки	90		249,22	13,29	18,98	6,31
Обед	Гарнир из круп	№1	Рис припущенный с овощами (раст. масло)	150		205,41	3,81	5,46	35,15
Обед	Напитки	771	Напиток из вишни	200		40,7	0,25	0,13	9,93
Обед	Фрукты		Фрукт мандарин свежий	80		30,4	0,64	0,16	6
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	20		40	1,32	0,22	8,2
			837		246,10	924,29	35,56	44,01	95,35