

| Школа      | №40                   |        |   | Отд./корп  |               | День          | 13.02.23     |              |              |
|------------|-----------------------|--------|---|------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| Прием пищи | Раздел                | № рец. | Блюдо   | Выход      | Цена          | Калорийность  | Белки        | Жиры         | Углеводы     |
| Завтрак    | Салаты и закуски      |        | Помидоры свежие порционно   | 80         |               | 19,2          | 0,88         | 0,16         | 3,04         |
| Завтрак    | Блюда из мяса кур     |        | Мак-н-чиз с филе куриным (макароны, филе куриное, молоко, сыр, масло.сл.) | 200        |               | 426,92        | 21,8         | 15,82        | 48,73        |
| Завтрак    | Третьи блюда          |        | Напиток тёплый из шиповника   | 200        |               | 88,8          | 0,68         | 0,28         | 17,64        |
| Завтрак    | Хлеб                  |        | Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный  | 12         |               | 28,2          | 1,06         | 0,41         | 4,9          |
| Завтрак    | Фрукты /каждому/      |        | Фрукт мандарин свежий   | 90         |               | 34,2          | 0,72         | 0,18         | 6,75         |
| Завтрак    | Хлеб                  |        | Батон нарезной в/с  | 23         |               | 60,26         | 1,73         | 0,67         | 11,82        |
|            |                       |        |   | <b>660</b> | <b>107,70</b> | <b>657,58</b> | <b>26,87</b> | <b>17,52</b> | <b>92,88</b> |
| Завтрак    | Салаты и закуски      |        | Открытый сэндвич (тост.хл,огур,сыр Сулугуни)                              | 45         |               | 107,11        | 5,28         | 3,81         | 9,93         |
| Завтрак    | Блюда из яиц, творога |        | Сырники из творога п/ф  | 150        |               | 332,71        | 28,84        | 10,2         | 32,24        |
| Завтрак    | Соусы                 |        | Соус вишнёвый   | 20         |               | 19,72         | 0,01         | 0,05         | 4,77         |
| Завтрак    | Третьи блюда          |        | Кофейный напиток с молоком  | 200        |               | 89,5          | 2,99         | 2,52         | 13,58        |
|            |                       |        |   | <b>382</b> | <b>107,70</b> | <b>549,04</b> | <b>37,12</b> | <b>16,58</b> | <b>60,52</b> |