

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	21.10.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты		Салат "Витаминный" из свежей капусты (капуста б/к, морковь, масло раст. соль, сахар, лимон к-та.)	60		48,83	1,13	3,12	3,94
Обед	Первые блюда	139	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	250		194,74	9,93	12,01	11,51
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	150		205,6	4,7	3,15	43,78
Обед	Напитки	771	Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	200		42	0,13	0,1	10,13
Обед	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	14		28	0,92	0,15	5,74
				881	138,40	858,23	31,93	38,13	100,05

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	21.10.26		
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 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	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		Салат "Витаминный" из свежей капусты	60		48,83	1,13	3,12	3,94
Обед	Первые блюда	139	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	250		194,74	9,93	12,01	11,51
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 из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	200		42	0,13	0,1	10,13
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	14		28	0,92	0,15	5,74
				781	246,10	811,23	31,46	37,73	90,25

Школа	Кухня шк. 40			Отд./корп		День	21.10.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты		Огурцы свежие (порционно)	60		9	0,39	0,07	1,88
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	170		157,26	3,76	4,66	24,82
Завтрак	Напитки	846	Напиток из шиповника	200		57,6	0,54	0,22	13,73
Завтрак	Соки и напитки 30%		Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	80		67,3	2,7	2,5	8,5
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	20		47	1,76	0,68	8,16
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
				649	107,70	563,98	21,68	21,84	69,51
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