

Школа		Кухня Шк. 9 к.2		Отд./корп	День	21.01.26			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Бутерброды		Тост ржаной с маслом сливочным	25,75		95,67	2,42	6,82	6,16
Завтрак	Блюда из творога		Запеканка из творога со сливочным молоком	146		358,93	24,57	15,97	27,85
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном	200		17,71	0,05	0,01	4,15
Завтрак	Соки и напитки 30%		Кефир	80		40	2,4	2	3,12
				451,75		512,31	29,44	24,8	41,28
Обед	Салаты		Капуста свежая с маслом	80		62,07	1,3	4,14	4,75
Обед	Первые блюда		Рассольник "Ленинградский" (со свиной, сметаной, зеленью, с маслом	250		184,64	6,65	11,6	12,9
Обед	Блюда из мяса	437	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	90		161,45	9,86	11,9	3,16
Обед	Гарнир из круп		Гречка отварная рассыпчатая (масло раст.)	150		202,5	5,85	6,12	30,6
Обед	Соки и напитки 30%		Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. ул.	200		92			23
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	20		40	1,32	0,22	8,2
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный тостовый	19		50,54	1,58	0,44	10,05
				809	246,10	793,2	26,56	34,42	92,66

Директор



С.М. Семенова

