

Школа		Кухня Шк. 9 к.1		Отд./корп	Цена	День	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Калорийность				
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное порционно	8,75	57,93	0,09	6,34	0,12	
Завтрак	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "Белорусская"	90	182,27	10,1	11,23	10,2	
Завтрак	Гарнир из	631,63	Плов овощной	160	219,32	5,01	3,37	46,68	
Завтрак	Напитки	2	Напиток из свежих яблок	200	42,93	0,09	0,09	10,18	
Завтрак	Соки и напитки 30%		Йогурт питьевой клубника-земляника	80	59,2	2,24	2	8,8	
Завтрак	Хлебобулочн		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	24	48	1,58	0,26	9,84	
Завтрак	ые изделия			562,75	107,70	609,65	19,11	23,29	85,82
Завтрак	Блюда из рыбы		Котлета из белой рыбы	90	249,22	13,29	18,98	6,31	
Завтрак	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное	150	138,76	3,32	4,11	21,9	
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном	200	17,71	0,05	0,01	4,15	
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100	47	0,47	0,4	9,8	
Завтрак	Мучные изделия		Оладьи мини	25	61,01	1,01	1,41	10,01	
Завтрак	Хлебобулочн		Хлеб ржаной йодированный	23	55,2	1,7	0,53	10,93	
Завтрак	ые изделия		"Николаевский"	588	107,70	568,9	19,84	25,44	63,1



И.И.И.И.

05.02.26

Школа		Кухня шк. 9 к. 1		Отд./корп	Цена	День	05.02.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты		Капуста квашеная с маслом(капуста квашеная, лук зеленый, масло подсол., сахар)	65		48,18	1,15	3,32	2,97
Обед	Первые блюда		Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	250		194,74	9,93	12,01	11,51
Обед	Блюда из мяса	433	Жаркое "По-деревенски" с мясом (свинина, масло подсол, паста томатная, картофель, лук, соль)	150		281,91	14,45	15,38	20,58
Обед	Напитки	638	Напиток из кураги (курага, сахар, лимон. к-та.)	200		60,82	0,56	0,13	14,16
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	18		43,2	1,33	0,41	8,55
Обед	Хлебобулочные изделия			700	138,40	671,69	28,78	31,47	66,61



В.А. Шевченко

Школа		Кухня шк. 9 к.1		Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Каши		Каша молочная геркулесовая Царь с клубникой и яблоком и маслом	200		190,24	6,49	8,24	21,53
Завтрак	Изделия кондитерские		Пряник песочный шоколадный	50		273,89	3,65	15,17	30,69
Завтрак	Горячие напитки		Чай Ройбуш	200		0,01			
Завтрак	Хлебобулочн ые изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растилка" клубника-банан вкус пломбир	45		46,8	2,88	1,58	5,36
				512		553,78	14,38	25,21	66,42
Обед	Салаты		Капуста квашеная с маслом	80		59,3	1,42	4,08	3,66
Обед	Первые блюда		Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	250		194,74	9,93	12,01	11,51
Обед	Блюда из мяса	433	Жаркое "По-деревенски" с мясом	184		345,81	17,73	18,87	25,24
Обед	Напитки	638	Напиток из кураги	200		60,82	0,56	0,13	14,16
Обед	Фрукты		Фрукт мандарин свежий	80		30,4	0,64	0,16	6
Обед	Хлебобулочн ые изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Обед	Хлебобулочн ые изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	21		50,4	1,55	0,48	9,98
				832	246,10	784,31	33,19	35,95	79,39



И.И. ШИШОВ

И.И. ШИШОВ

05.02.26