



| Школа      |                       | Кухня шк. 9 к.2 |   | Отд./корп     | Цена          | День          | 10.02.26     |              |              |  |
|------------|-----------------------|-----------------|---|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--|
| Прием пищи | Раздел                | № рец.          | Блюдо                                     | Выход         | Цена          | Калорийность  | Белки        | Жиры         | Углеводы     |  |
| Завтрак    | Бутерброды            |                 | Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"      | 31,5          |               | 86,17         | 6,22         | 4,13         | 6,04         |  |
| Завтрак    | Блюда из творога      |                 | Запеканка из творога с абрикосовым джемом | 146           |               | 347,64        | 23,2         | 14,32        | 30,18        |  |
| Завтрак    | Горячие напитки       |                 | Чай Ройбуш                                | 200           |               | 0,01          |              |              |              |  |
| Завтрак    | Бутерброды            |                 | Тост ржаной с маслом сливочным            | <b>377,5</b>  | <b>107,70</b> | <b>433,82</b> | <b>29,42</b> | <b>18,45</b> | <b>36,22</b> |  |
| Завтрак    | Салаты                |                 | Капуста свежая с маслом                   | 25,75         |               | 95,67         | 2,42         | 6,82         | 6,16         |  |
| Завтрак    | Блюда из мяса         |                 | Капуста свежая с маслом                   | 80            |               | 62,07         | 1,3          | 4,14         | 4,75         |  |
| Завтрак    | Мяса                  | 437             | Котлета мясная "По-деревенски"*           | 90            |               | 212,21        | 12,02        | 11,36        | 15,48        |  |
| Завтрак    | Гарнир из овощей      | №1              | Пюре картофельное                         | 190           |               | 175,76        | 4,21         | 5,21         | 27,74        |  |
| Завтрак    | Горячие напитки       |                 | Чай с лимоном                             | 200           |               | 17,71         | 0,05         | 0,01         | 4,15         |  |
| Завтрак    | Хлебобулочные изделия |                 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"     | 22            |               | 55,44         | 1,76         | 0,29         | 11,44        |  |
|            |                       |                 |   | <b>607,75</b> | <b>107,70</b> | <b>618,86</b> | <b>21,76</b> | <b>27,83</b> | <b>69,72</b> |  |



*Рыжикова*  
*О.А. Стефанова*