

Школа		Кухня Шк. 9 к.2		Отд./корп	День	06.03.26				
Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Блюда из птицы		Наггетсы куриные хрустящие смолевич НОВЫЙ ВЕС 28 одна шт	84		190,2	8,4	10,68	15,12	
				84		190,2	8,4	10,68	15,12	
Завтрак	Бутерброды		Тост ржаной с маслом сливочным	25,75		95,67	2,42	6,82	6,16	
Завтрак	Блюда из творога		Запеканка из творога джемом груша-банан	150		357,16	23,84	14,71	31,01	
Завтрак	Торжние		Чай с лимоном	200		17,71	0,05	0,01	4,15	
Завтрак	Напитки		Чай с лимоном	200		17,71	0,05	0,01	4,15	
Завтрак	Хлебобулочн		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	17		41,14	1,38	0,43	7,94	
	ые изделия			392,75	107,70	511,68	27,69	21,97	49,26	
Завтрак	Салаты		Огурцы свежие	80		12	0,52	0,09	2,5	
Завтрак	Блюда из мяса		Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	160		315,37	14,96	12,84	34,48	
Завтрак	Напитки	639	Напиток из сухофруктов	200		61,78	0,46	0,02	14,91	
Завтрак	Соки и напитки 30%		Раженка м.д.ж. 2,5% манго-маракуйя	80		47,76	2,4	2	5,04	
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8	
Завтрак	Хлебобулочн		Хлеб пшеничный витаминиз.	21		52,92	1,68	0,27	10,92	
Завтрак	ые изделия		"Рябинчушка"	20		48	1,48	0,46	9,5	
Завтрак	Хлебобулочн		Хлеб ржаной йодированный	20		48	1,48	0,46	9,5	
Завтрак	ые изделия		"Николаевский"	661	107,70	584,83	21,97	16,08	87,15	

Высшая



С.А. Семенов

Школа		Кухня Шк. 9 к.2		Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо						
Завтрак	Блюда из птицы		Нагетсы куриные хрустящие смолевич НОВЫЙ ВЕС 28 одна шт	84		190,2	8,4	10,68	15,12
Завтрак	Бутерброды		Тост ржаной с маслом сливочным	84		190,2	8,4	10,68	15,12
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макароны в томатном соусе (упитки)	25,75		95,67	2,42	6,82	6,16
Завтрак	Напитки	771	Напиток из вишни	180		295,74	7,27	6,77	51,05
Завтрак	Соки и напитки 30%		Ряженка м.д.ж. 2,5% манго-маракуйя	200		40,7	0,25	0,13	9,93
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	80		47,76	2,4	2	5,04
Завтрак				10		25,2	0,8	0,13	5,2
				495,75		505,07	13,14	15,85	77,38
Обед	Салаты		Огурцы свежие (порционно)	80		12	0,52	0,09	2,5
Обед	Первые блюда		Шурпа "По-деревенски" для первых	200		303,72	14,37	18,75	18,42
Обед	Блюда из рыбы	433	блюд	200		303,72	14,37	18,75	18,42
Обед	Блюда из рыбы		Котлета из белой рыбки	90		249,22	13,29	18,98	6,31
Обед	Гарнир из		Плов овощной	150		205,62	4,7	3,16	43,77
Обед	Горячие напитки		Чай с лимоном	200		17,71	0,05	0,01	4,15
Обед	Фрукты		Фрукт мандарин свежий	80		30,4	0,64	0,16	6
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	20		50,4	1,6	0,26	10,4
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	842		52,8	1,63	0,51	10,45
Обед	Хлебобулочные изделия			842	246,10	921,87	36,8	41,92	102

Выпущено



В.А. Селезнева

06.03.26

Школа		Кухня шк. 9 к.2		Отд./корп		День				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед	Салаты		Огурцы свежие (порционно) (Огурцы свежие, соль йодированная)	70		10,5	0,46	0,08	2,19	
Обед	Первые блюда	433	Щурпа "По-деревенски" (свинина, картофель, лук, морковь, чеснок, укроп, соль, масло подсол)	188		285,5	13,51	17,63	17,31	
Обед	Блюда из рыбы		Котлета из белой рыбы (филе минтая, клетчатка, специи, лук, соль, яйцо, масло подс., сух. паниров.)	90		249,22	13,29	18,98	6,31	
Обед	Гарнир из круп		Плов овощной (морковь, лук, рис, масло подс. томат паста, соль, приправа томат базилик чеснок паприка)	150		205,62	4,7	3,16	43,77	
Обед	Горячие напитки		Чай с лимоном (чай черный байховый, лимон свеж., сахар)	200		17,71	0,05	0,01	4,15	
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	20		50,4	1,6	0,26	10,4	
Обед				718	138,40	818,95	33,61	40,12	84,13	



В.А. Шевченко

Е.А. Шевченко