

Школа		Кухня шк. 9 к.2		Отд./корп	День	11.03.26			
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты		Капуста квашеная с маслом(капуста квашеная, лук зеленый, масло подсол., сахар)	90		66,71	1,6	4,59	4,12
Обед	Первые блюда		Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	250		130,2	4,02	11,77	13,55
Обед	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "Белорусская" (свинина, говядина, сухари панировочные, лук, соль, картофель)	90		182,27	10,1	11,23	10,2
Обед	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл, соль)	180		166,51	3,98	4,93	26,28
Обед	Напитки	771	Напиток фруктово-ягодный (сахар, яблоко, красная смородина, клюква)	200		42,5	0,13	0,08	10,43
Обед	Хлебобулочн ые изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Обед	Хлебобулочн ые изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	20		40	1,32	0,22	8,2
Обед	Хлебобулочн ые изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	847	138,40	671,03	22,51	33,04	81,62



*С.А. Стефанова*

*С.А. Стефанова*

Школа		Кухня Шк. 9 к.2		Отд./корп	День	11.03.26				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Салатный		Капуста морская Норди	3		10,8	1,23	0,06	1,32	
	Микс			3		10,8	1,23	0,06	1,32	
Завтрак	Бутерброды		Тост с ржаным хлебом, маслом сливочным и сыром "Гауда"	40,25		144,1	6,3	10,47	6,16	
Завтрак	Каша		Каша молочная геркулесовая Царь с клубничкой и яблоком и маслом	200		190,24	6,49	8,24	21,53	
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		18,39	0,06	0,01	4,21	
Завтрак	Соки и напитки 30%		Молоко питьевого банановое обогащенное йодом и селеном 80мл	160		107,68	4,32	4	13,6	
Завтрак	Хлебобулочн		Хлеб пшеничный витаминиз.	20		50,4	1,6	0,26	10,4	
	ые изделия		"Рябинушка"	620,25		510,81	18,77	22,98	55,9	
Обед	Салаты		Капуста квашеная с маслом	80		59,3	1,42	4,08	3,66	
Обед	Первые блюда		Суп овощной с мини перьями из курицы "Нежные"	250		130,2	4,02	11,77	13,55	
Обед	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "Белорусская"	90		182,27	10,1	11,23	10,2	
Обед	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное	150		138,76	3,32	4,11	21,9	
Обед	Напитки	771	Напиток фруктово-ягодный с клюквой	200		42,5	0,13	0,08	10,43	
Обед	Хлебобулочн		Хлеб пшеничный витаминиз.	20		50,4	1,6	0,26	10,4	
Обед	Хлебобулочн		Хлеб изделия	19		38	1,25	0,21	7,79	
Обед	Хлебобулочн		Хлеб ржано-пшеничный "Дарница"	809	246,10	641,43	21,84	31,74	77,93	



*В.И. Шевченко*

*О.А. Шевченко*

Школа		Кухня шк. 9 к.2		Отд./корп	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салатный		Капуста морская Нори	3		10,8	1,23	0,06	1,32
	Микс			3		10,8	1,23	0,06	1,32
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 джемом лесные ягоды	146		347,64	23,2	14,32	30,18
Завтрак	Горячие напитки		Чай Ройбуш	200		0,01			
				377,5	107,70	433,82	29,42	18,45	36,22
Завтрак	Бутерброды		Тост ржаной с маслом сливочным	25,75		95,67	2,42	6,82	6,16
Завтрак	Салаты		Огурцы свежие с маслом	80		56,25	0,49	5,08	2,35
Завтрак	Блюда из мяса	437	Гуляш мясной	90		168,4	9,89	12,58	3,34
Завтрак	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное	150		138,76	3,32	4,11	21,9
Завтрак	Горячие напитки		Чай Ройбуш	200		0,01			
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Завтрак				562,75	107,70	501,93	17,48	28,81	42,59



*С.И. Рыжиков*

*О.А. Стефанова*

11.03.26