

Школа	Кухня шк. 9 к.2	Отд./корп	День	16.03.26					
Прием пищи	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Буtterброды		Тост ржаной с маслом сливочным	25,75		95,67	2,42	6,82	6,16
Завтрак	Блюда из птицы		Котлета из мяса птицы "Куриная ножка"	90		237,2	12,32	16,72	9,36
Завтрак	Гарнир из		Гречка отварная рассыпчатая	180		228,72	7,08	5,7	36,8
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		18,39	0,06	0,01	4,21
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Завтрак	Хлебобулочн		Хлеб пшеничный витаминиз.	20		50,4	1,6	0,26	10,4
Завтрак	ые изделия		"Рябинчушка"	20		677,38	23,95	29,91	76,73
				615,75		14,4	0,7	0,16	2,15
Обед	Салаты		Помидоры свежие (без соли)	80					
Обед	Первые блюда		Суп-паша с курицей и зеленью (раст. масло)	250		203,75	9,79	12,05	13,8
Обед	Блюда из мяса	433	Бигус с мясом (свинина)	172		328,33	17,35	21,42	15,7
Обед	Напитки	771	Напиток клюквенный	200		50,75			12,6
Обед	Хлебобулочн		Хлеб пшеничный витаминиз.	24		60,48	1,92	0,31	12,48
Обед	ые изделия		"Рябинчушка"	20		47	1,76	0,68	8,16
Обед	Хлебобулочн		Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	20		704,71	31,52	34,62	64,89
Обед	ые изделия			746	246,10				



Рябинчушка

В. И. Селезнева

Школа		Кухня Шк. 9 К.2		Отд./корп		День		16.03.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Бутерброды		Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	10		66,1	0,1	7,25	0,14	
Завтрак	Салаты		Помидоры свежие (без соли)	90		16,2	0,79	0,18	2,42	
Завтрак	Блюда из мяса	437	Котлета мясная "По-деревенски"	90		201,02	11,13	11,02	14,33	
Завтрак	Гарнир из Горячие напитки		Гречка отварная рассыпчатая	170		216,01	6,69	5,38	34,76	
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Чай с лимоном и сахаром	200		18,39	0,06	0,01	4,21	
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинущка"	19		47,88	1,52	0,25	9,88	
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	20		47	1,76	0,68	8,16	
				599	107,70	612,6	22,05	24,77	73,9	
Завтрак	Блюда из птицы		Нагетсы куриные хрустящие 26 гр (3 штuki)	78		181,95	8,03	10,23	14,45	
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (упитки)	180		306,97	8,06	5,87	55,01	
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		18,39	0,06	0,01	4,21	
Завтрак	Фрукты		Фрукт мандарин свежий	80		30,4	0,64	0,16	6	
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Мармелад со вкусом "Голубика-смородина-апельсин"	12		54,36	0,3	1,32	10,32	
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	28		65,8	2,46	0,95	11,42	
Завтрак	Хлебобулочные изделия			578	107,70	657,87	19,55	18,54	101,41	

Решетский



С.А. Шевардава

Школа		Кухня Шк. 9 к.2		Отд./корп		День		16.03.26	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты		Помидоры свежие	60		10,8	0,53	0,12	1,61
Обед	Первые блюда		Суп-лапша с курицей и зеленью	250		203,75	9,79	12,05	13,8
Обед	Блюда из мяса	433	Бигус с мясом (капуста белокачанная, свинина, морковь, лук, паста томатная, масло подсолнечное, сахар, соль)	150		286,33	15,13	18,68	13,69
Обед	Напитки	771	Напиток клюквенный (клюква, сахар)	200		50,75			12,6
Обед	Хлебобулочн ые изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	20		50,4	1,6	0,26	10,4
Обед	Хлебобулочн ые изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	25		58,75	2,2	0,85	10,2
Обед	Хлебобулочн ые изделия			705	138,40	660,78	29,25	31,96	62,3

В.А. Сидорова



О.А. Иванова