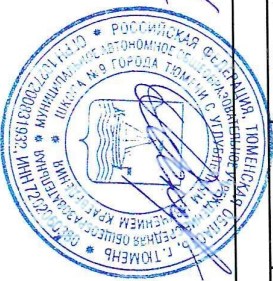


| Школа | | Кухня шк. 9 к. 1 | | Отд./корп | | День | | | | | |
|------------|-----------------------|------------------|--|---------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|----------|--|
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | 14.04.26 | |
| Завтрак | Бутерброды | | Тост с ржаным хлебом и сыром "Тудра" | 31,5 | | 86,17 | 6,22 | 4,13 | 6,04 | | |
| Завтрак | 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 | | 65,4 | 0,49 | 6,08 | 2,38 | | |
| Завтрак | Блюда из мяса | 437 | Котлета мясная "Белорусская" | 90 | | 182,27 | 10,1 | 11,23 | 10,2 | | |
| Завтрак | Гарнир из овощей | №1 | Картофельные дольки по-деревенски | 150 | | 134,22 | 3,26 | 1,65 | 26,5 | | |
| Завтрак | Горячие напитки | | Чай с лимоном | 200 | | 17,71 | 0,05 | 0,01 | 4,15 | | |
| Завтрак | Хлебобулочные изделия | | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями | 25 | | 60,5 | 2,03 | 0,63 | 11,68 | | |
| | | | | 570,75 | 107,70 | 555,77 | 18,35 | 26,42 | 61,07 | | |
| Завтрак | Салатный микс | | Хрустящий овощной микс 12 гр. | 12 | | 56,23 | 0,58 | 2,32 | 8,26 | | |
| | | | | 12 | | 56,23 | 0,58 | 2,32 | 8,26 | | |

Руденко



О.В. Шеварова

| Школа | | Кухня шк. 9 к.1 | | Отд./корп | | 14.04.26 | | | | |
|------------|------------------------|-----------------|--|--------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--|
| 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 | Каша | | Каша молочная ячневая с маслом сливочным | 200 | | 191,7 | 6,36 | 7,4 | 23,53 | |
| Завтрак | Горячие напитки | | Чай с лимоном | 200 | | 17,71 | 0,05 | 0,01 | 4,15 | |
| Завтрак | Соки и напитки 30% | | Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл | 160 | | 134,6 | 5,4 | 5 | 17 | |
| Завтрак | Хлебобулочн ые изделия | | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями | 20 | | 48,4 | 1,62 | 0,5 | 9,34 | |
| | | | | 611,5 | | 478,58 | 19,65 | 17,04 | 60,06 | |
| Завтрак | Салатный микс | | Хрустящий овощной микс 12 гр. | 12 | | 56,23 | 0,58 | 2,32 | 8,26 | |
| | | | | 12 | | 56,23 | 0,58 | 2,32 | 8,26 | |
| Обед | Салаты | | Капуста квашеная с маслом | 80 | | 59,29 | 1,43 | 4,08 | 3,67 | |
| Обед | Первые блюда | | Суп овощной с минни пельменями из курицы "Нежные" | 250 | | 130,2 | 4,02 | 11,77 | 13,55 | |
| Обед | Блюда из мяса | 433 | Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским | 90 | | 217,89 | 12,84 | 16,37 | 4,09 | |
| Обед | Гарнир из овощей | №1 | Пюре картофельное | 160 | | 146,38 | 3,51 | 4,26 | 23,27 | |
| Обед | Напитки | 771 | Напиток смородиновый (концентрат) | 200 | | 51,8 | | | 12,95 | |
| Обед | Хлебобулочн ые изделия | | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями | 14 | | 33,88 | 1,13 | 0,35 | 6,54 | |
| Обед | Хлебобулочн ые изделия | | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский" | 20 | | 48 | 1,48 | 0,46 | 9,5 | |
| Обед | Хлебобулочн ые изделия | | "Николаевский" | 814 | 246,10 | 687,44 | 24,41 | 37,29 | 73,57 | |



Сидорова

И.А. Шевченко