

Школа		Кухня шк. 9 к.1				День		24.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Бутерброды		Тост с ржаным хлебом, маслом сливочным и сыром "Гауда"	40,25		144,1	6,3	10,47	6,16	
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные запеченные с сыром (СПИРАЛИ, масло подсол.)	150		276,29	8,44	8,48	41,18	
Завтрак	Напитки	771	Напиток фруктовый (яблоко) концентрат	200		26,88			6,72	
Завтрак	Соки и напитки 30%		Йогурт питьевой персик-манго	80		59,2	2,24	2	8,8	
	Мучные изделия			470,25		506,47	16,98	20,95	62,86	
Завтрак	изделия		Блинчики с яблоком	70		171,74	2,12	3,7	33,28	
Обед	Салаты	№ 101	Кукруза сладкая, бланшированная	70		171,74	2,12	3,7	33,28	
Обед	Первые блюда	433	Щурпа "По-деревенски" для первых блюд	30		13,2	0,6		2,7	
Обед	Блюда из рыбы		Котлета из белой рыбы	194		294,61	13,94	18,19	17,87	
Обед	Гарнир из овощей		Плов овощной	90		249,22	13,29	18,98	6,31	
Обед	Горячие напитки		Чай с апельсином	150		205,62	4,7	3,16	43,77	
Обед	Напитки		Чай с апельсином	200		18,74	0,06	0,01	4,57	
Обед	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8	
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз.	22		55,44	1,76	0,29	11,44	
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	20		40	1,32	0,22	8,2	
				806	246,10	923,83	36,14	41,25	104,66	

Директор



О.А. Лекарева

Школа		Кухня шк. 9 к.1		Отд./корп		День					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	24.04.26	
Завтрак	Еутерброды		Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	31,5		86,17	6,22	4,13	6,04		
Завтрак	Творога		Запеканка из творога джемом груша-банан	146		347,64	23,2	14,32	30,18		
Завтрак	Горячие напитки		Чай Ройбуш	200		0,01					
Завтрак	Салаты	№ 101	Кукруза сладкая, бланшированная	377,5	107,70	433,82	29,42	18,45	36,22		
Завтрак	Блюда из мяса		Плов ароматный с мясом	30		13,2	0,6		2,7		
Завтрак	Напитки	639	Напиток из сухофруктов	160		307,96	13,63	12,4	38,58		
Завтрак	Соки и напитки 30%		Йогурт питьевой персик-манго	200		61,78	0,46	0,02	14,91		
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	80		59,2	2,24	2	8,8		
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	100		47	0,47	0,4	9,8		
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	17		42,84	1,36	0,22	8,84		
Завтрак	Мучные изделия		Блинчики с яблоком	13		26	0,86	0,14	5,33		
Завтрак	Мучные изделия			600	107,70	557,98	19,62	15,18	88,96		
Завтрак	Мучные изделия			70		171,74	2,12	3,7	33,28		
Завтрак	Мучные изделия			70		171,74	2,12	3,7	33,28		

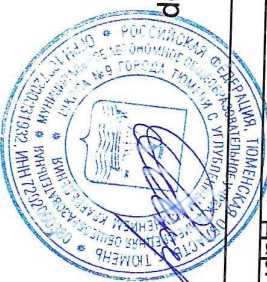
Директор



О.А. Лекарева

Школа		Кухня шк. 9 к. 1		Отд./корп		День					
Привем пицци	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	24.04.26	
Обед	Салаты	№ 101	Кукруза сладкая, бланшированная Шурпа "По-деревенски" (свинина, картофель, лук, морковь, чеснок, укроп, соль, масло подсол)	30		13,2	0,6		2,7		
Обед	Первые блюда	433	Котлета из белой рыбы (филе минтая, клетчатка, специи, лук, соль, яйцо, масло подс., сух. паниров.) Плов овощной (морковь, лук, рис, масло подс. томат паста, соль, приправа томат базилик чеснок паприка)	188		285,5	13,51	17,63	17,31		
Обед	Блюда из рыбы		Чай с апельсином с сахаром (чай черный байховый, апельсин св., сахар) Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	90		249,22	13,29	18,98	6,31		
Обед	Гарнир из круп		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	170		233,03	5,32	3,58	49,6		
Обед	Горячие напитки			200		18,74	0,06	0,01	4,57		
Обед	Хлебобулочн ые изделия			21		52,92	1,68	0,27	10,92		
Обед	Хлебобулочн ые изделия			20		40	1,32	0,22	8,2		
				719	138,40	892,61	35,78	40,69	99,61		

Директор



О.А. Лекарева