

Школа		Кухня Шк. 9 к. 1		Отд./корп	Цена	День	Белки	Жиры	Углеводы
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	Салаты		Огурцы свежие (порционно) (Огурцы свежие, соль йодированная)	65		9,75	0,42	0,07	2,03
Обед	Первые блюда		Суп-лапша с курицей и зеленью Котлета мясная "По-домашнему"	250		203,75	9,79	12,05	13,8
Обед	Блюда из мяса	271	Блюда из мяса панированные, лук, соль)	90		233,32	13,6	15,08	10,8
Обед	Гарнир из овощей	№1	Овощное рагу	150		135,35	3,28	4,05	21,41
Обед	Напитки	701	Напиток клюквенный (клюква, сахар)	200		50,75			12,6
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	18		45,36	1,44	0,23	9,36
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
				<b>793</b>	<b>138,40</b>	<b>726,28</b>	<b>30,01</b>	<b>31,94</b>	<b>79,5</b>

Директор

О.А. Лекарева



Школа		Кухня Шк. 9 к. 1		Отд./корп	Цена	День	Белки	Жиры	Углеводы
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	19	Помидоры свежие (без соли) Ежики из мяса птицы в сливочном соусе (Филе кур., рис, лук, соль, молотко, мука пшеничная, масло сл.)	90		16,2	0,79	0,18	2,42
Завтрак	Блюда из птицы	437	Гречка отварная рассыпчатая	100		189,41	24,25	9,55	1,47
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	180		228,72	7,08	5,7	36,8
Завтрак	Горячие напитки	№ 391	Чай с лимоном и сахаром Хлеб пшеничный витаминиз.	200		18,39	0,06	0,01	4,21
Завтрак	Хлебобулочн ые изделия		"Рябинушка"	20		50,4	1,6	0,26	10,4
Завтрак	Хлебобулочн ые изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	21		50,4	1,55	0,48	9,98
				<b>621</b>	<b>107,70</b>	<b>619,62</b>	<b>35,43</b>	<b>23,43</b>	<b>65,42</b>
Завтрак	Блюда из птицы		Чахобили из филе куриного с протертыми томатами	90		112,05	13,11	4,82	3,87
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (упитки)	150		255,81	6,72	4,89	45,84
Завтрак	Горячие напитки	№ 391	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	Кондитерские изделия 20% НДС		Мармелад со вкусом "Голубика- смородина-апельсин"	12		54,36	0,3	1,32	10,32
Завтрак	Хлебобулочн ые изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	21		50,4	1,55	0,48	9,98
				<b>573</b>	<b>107,70</b>	<b>538,01</b>	<b>22,21</b>	<b>11,92</b>	<b>84,02</b>
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. востановл. "Мой инд. уп.	400		184			46
				<b>400</b>		<b>184</b>			<b>46</b>

Директор



О.А. Лекарева

20.04.26

Школа		Кухня Шк. 9 к. 1		Отд./корп		День		20.04.26		
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	Блюда из птицы		Плов ароматный с мясом птицы монолит	150		248,14	17,7	5,17	36,16	
Завтрак	Горячие напитки	№ 391	Чай с лимоном и сахаром	200		18,39	0,06	0,01	4,21	
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочно-вишневый восстановленный осветленный ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 125мл	125		57,5			14,38	
Завтрак	Хлебобулочн		Хлеб пшеничный витаминиз.	20		50,4	1,6	0,26	10,4	
Завтрак	Хлебобулочн		"Рябинушка"	20		48	1,48	0,46	9,5	
Завтрак	Хлебобулочн		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5	
				<b>525</b>		<b>488,53</b>	<b>20,94</b>	<b>13,15</b>	<b>74,79</b>	
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп.	400		184			46	
				<b>400</b>		<b>184</b>			<b>46</b>	
Обед	Салаты		Огурцы свежие (порционно)	80		12			2,5	
Обед	Первые блюда		Суп-лапша с курицей и зеленью (раст. масло)	250		203,75	9,79	12,05	13,8	
Обед	Блюда из мяса	271	Котлета мясная "По-домашнему"	90		233,32	13,6	15,08	10,8	
Обед	Гарнир из овощей	№1	Овощное рагу	150		135,35	3,28	4,05	21,41	
Обед	Напитки	701	Напиток клюквенный	200		50,75			12,6	
Обед	Хлебобулочн		Хлеб пшеничный витаминиз.	20		50,4	1,6	0,26	10,4	
Обед	Хлебобулочн		"Рябинушка"	22		52,8	1,63	0,51	10,45	
Обед	Хлебобулочн		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	22		52,8	1,63	0,51	10,45	
Обед	Хлебобулочн		"Николаевский"	<b>812</b>	<b>246,10</b>	<b>738,37</b>	<b>30,42</b>	<b>32,04</b>	<b>81,96</b>	

Директор



О.А. Лекарева