

Школа		Кухня Шк. 9 к.1		Отд./корп		30.04.26					
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	Каши		Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200		218,12	6,92	7,74	29,78		
Завтрак	Изделия кондитерские мучные		Пряник песочный шоколадный	50		273,89	3,65	15,17	30,69		
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		17,03	0,03		4,09		
			Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 125мл	125		57,5			14,38		
Завтрак	Соки и напитки 30%			606,5		652,71	16,82	27,04	84,98		
Обед	Салаты	19	Помидоры свежие (без соли)	80		14,4	0,7	0,16	2,15		
Обед	Первые блюда		Суп гороховый с мясом птицы с гречками и зеленью	250		294,86	14,79	12,64	28,43		
Обед	Блюда из мяса	423	Бефстроганов из мяса (свинина)	90		212,52	12,71	15,87	3,85		
Обед	Гарнир из овощей	№1	Картофельные дольки по-деревенски	150		135,52	3,26	1,76	26,57		
Обед	Напитки	771	Напиток из черной смородины (концентрат)	200		51,8			12,95		
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34		
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	13		26	0,86	0,14	5,33		
Обед	Хлебобулочные изделия			803	246,10	783,5	33,94	31,07	88,62		

Директор

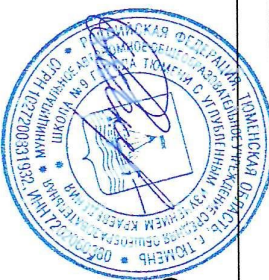


О.А. Лекарева

Школа		Кухня шк. 9 к.1		Отд./корп		День		30.04.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Бутерброды		Тост ржаной с маслом сливочным	27		100,31	2,54	7,15	6,46	
Завтрак	Салаты	№ 101	Кукуруза сладкая, бланшированная	40		17,6	0,8		3,6	
Завтрак	Блюда из мяса		Плов ароматный с мясом	160		307,96	13,63	12,4	38,58	
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		17,03	0,03		4,09	
Завтрак	Соки и напитки 30%		Сок яблочный Мой инд. ул. 125 мл	125						
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	17		41,14	1,38	0,43	7,94	
				569	107,70	484,04	18,38	19,98	60,67	
Завтрак	Салаты		Помидоры свежие (порционно)	80		14,4	0,7	0,16	2,15	
Завтрак	Блюда из рыбы	388	Котлета рыбная "Нежная"	90		221,65	11,86	17,35	4,5	
Завтрак	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное	160		148,01	3,54	4,38	23,36	
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		17,03	0,03		4,09	
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	27		65,34	2,19	0,68	12,61	
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	20		40	1,32	0,22	8,2	
				577	107,70	506,43	19,64	22,79	54,91	

Директор

О.А. Лекарева



Школа		Кухня шк. 9 к.1		Отд./корп		День				
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед	Салаты		Огурцы свежие (порционн) (Огурцы свежие, соль йодированная)	80		12	0,52	0,09	2,5	
Обед	Первые блюда		Суп гороховый с мясом птицы с гречками и зеленью	234		275,99	13,84	11,83	26,61	
Обед	Блюда из мяса	423	Бефстроганов из мяса (свинина, масло подсол., лук реп, мука, сметана, соль)	90		212,52	12,71	15,87	3,85	
Обед	Гарнир из круп	№1	Гречка отварная рассыпчатая (крупа гречневая, масло слив, соль)	150		174,42	5,3	4,63	27,53	
Обед	Напитки	771	Напиток из черной смородины (черная смородина, сахар)	200		51,8			12,95	
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	25		60,5	2,03	0,63	11,68	
				779	138,40	787,23	34,4	33,05	85,12	

Директор

О.А. Декарева

