

Школа		Кухня шк. 9 к.1		Отд./корп		День		28.04.26		
Примем пищи	Раздел	№ рещ.	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 геркулесовая с клубничкой и маслом сливочным ТМ	200		189,49	6,51	8,26	21,36	
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		17,03	0,03		4,09	
Завтрак	Мороженое		Мороженое молочное ванильное с вареной сгущённой и пребиотиком	55		99	2,15	3,58	13,81	
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинчушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84	
	Салатный микс		Хрустящий овощной микс 12 гр.	12		56,23	0,58	2,32	8,26	
Завтрак	Салаты		Капуста квашеная с маслом	79		58,56	1,4	4,03	3,61	
Обед	Первые блюда		Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	250		130,2	4,02	11,77	13,55	
Обед	Блюда из мяса	433	Мясо тушеное с овощами	90		197,71	12,23	14,96	2,77	
Обед	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное	171		158,19	3,78	4,69	24,97	
Обед	Напитки	771	Напиток фруктово-ягодный с клюквой	200		42,5	0,13	0,08	10,43	
Обед	Хлебобулочные изделия		"Николаевский"	17,1		41,04	1,27	0,39	8,12	
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинчушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84	
				<b>824,1</b>	<b>246,10</b>	<b>671,04</b>	<b>24,19</b>	<b>36,14</b>	<b>72,29</b>	

Директор



О.А. Лекарева

Школа		Кухня шк. 9 к.1				28.04.26			
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	Салаты		Огурцы свежие	70		10,5	0,46	0,08	2,19
Завтрак	Блюда из мяса	433	Жаркое "По-домашнему" со свиной (дольками)	150		281,91	14,45	15,38	20,58
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		17,03	0,03		4,09
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинка"	27		68,04	2,16	0,35	14,04
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		48	1,48	0,46	9,5
Завтрак				<b>477</b>	<b>107,70</b>	<b>491,58</b>	<b>18,68</b>	<b>23,52</b>	<b>50,54</b>
Завтрак	Бутерброды		Тост ржаной с маслом сливочным	27		100,31	2,54	7,15	6,46
Завтрак	Блюда из творога		Запеканка из творога с абрикосовым джемом	142		338,11	22,57	13,93	29,36
Завтрак	Изделия кондитерские		"Крендель сахарный" 50гр.	50		248,11	3,43	10,98	33,82
Завтрак	Горячие напитки		Чай гречишный	200		0,01			
Завтрак				<b>419</b>	<b>107,70</b>	<b>686,54</b>	<b>28,54</b>	<b>32,06</b>	<b>69,64</b>
Завтрак	Салатный микс		Хрустящий овощной микс 12 гр.	12		56,23	0,58	2,32	8,26
Завтрак				<b>12</b>		<b>56,23</b>	<b>0,58</b>	<b>2,32</b>	<b>8,26</b>

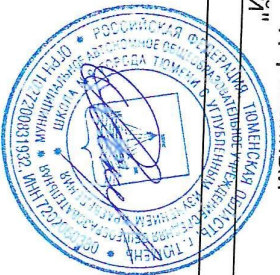
Директор



О.А. Лекарева

Школа		Кухня шк. 9 к.1		Отд./корп		28.04.26					
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Салаты		Капуста квашеная с маслом(капуста квашеная, лук зеленый, масло подсол., сахар)	80		59,3	1,42	4,08	3,66		
Обед	Первые блюда		Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	250		130,2	4,02	11,77	13,55		
Обед	Блюда из мяса	433	Мясо тушеное с овощами ( свинина, морковь, лук, масло подс., паста томат., мука, соль)	96		210,89	13,05	15,96	2,95		
Обед	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (макаронь, масло сл. соль)	170		289,92	7,61	5,54	51,95		
Обед	Напитки	771	Напиток фруктово-ягодный (сахар, яблоко, красная смородина, клюква)	200		42,5	0,13	0,08	10,43		
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84		
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	18		43,2	1,33	0,41	8,55		
				<b>831</b>	<b>138,40</b>	<b>818,85</b>	<b>28,92</b>	<b>38,06</b>	<b>99,93</b>		

Директор



О.А. Лекарева