

Школа		Кухня шк. 9 к 1		Отд./корп		08.05.26					
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	Макароны запеченные с сыром (СПИРАПИ, масло подсол.)	150		276,29	8,44	8,48	41,18		
Завтрак	Напитки	771	Напиток яблочный	200		41,9	0,08	0,08	9,96		
Завтрак	Сладкое		Творог обогащенный "Растишка"	45		46,8	2,88	1,58	5,31		
Завтрак	Блюдо /каждому/		Клубника-абрикос	435,25		509,09	17,7	20,61	62,61		
Завтрак	Мучные изделия		Сэндвич с вареной студенькой	60		202,5	3,3	6,8	31,5		
Обед	Салатный микс		Зелёный горошек консервиров. (терм. обр)	30		10,5	0,9		1,8		
Обед	Первые блюда	433	Шурпа "По-деревенски" для первых блюд	194		294,61	13,94	18,19	17,87		
Обед	Блюда из рыбы	388	Котлета рыбная "Нежная"	90		221,65	11,86	17,35	4,5		
Обед	Гарнир из круп	№1	Рис припущенный с овощами (раст. масло)	150		191,66	3,85	5,21	35,77		
Обед	Горячие 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	Хлебобулочн изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34		
Обед	Хлебобулочн изделия		Хлеб ржаной йодированный	17		40,8	1,26	0,39	8,08		
Обед	Хлебобулочн изделия		"Николаевский"	801	246,10	873,36	33,96	42,05	91,73		

Директор



О.А. Лекарева

Школа		Кухня шк. 9 к.1		Отд./корп		День		08.05.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Бутерброды		Тост ржаной с маслом сливочным	25,75		95,67	2,42	6,82	6,16	
Завтрак	Блюда из творога		Запеканка из творога джемом груша-банан	150		357,16	23,84	14,71	31,01	
Завтрак	Горячие напитки	№ 391	Чай с лимоном и сахаром	200		18,39	0,06	0,01	4,21	
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	13		31,46	1,05	0,33	6,07	
				388,75	107,70	502,68	27,37	21,87	47,45	
Завтрак	Салаты	№ 101	Кукуруза сладкая, бланшированная	30		13,2	0,6		2,7	
Завтрак	Блюда из мяса	437	Мясо тушеное в соусе "То-венгерски"	90		161,45	9,86	11,9	3,16	
Завтрак	Гарнир из		Гречка отварная рассыпчатая	150		190,6	5,9	4,75	30,67	
Завтрак	Напитки	639	Напиток из сухофруктов	200		61,78	0,46	0,02	14,91	
			Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 125мл	125		57,5			14,38	
Завтрак	Соки и напитки 30%		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8	
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	21		50,82	1,7	0,53	9,81	
				716	107,70	582,35	18,99	17,6	85,43	
Завтрак	Мучные изделия		Сэндвич с вареной сгущенкой	60		202,5	3,3	6,8	31,5	
				60		202,5	3,3	6,8	31,5	

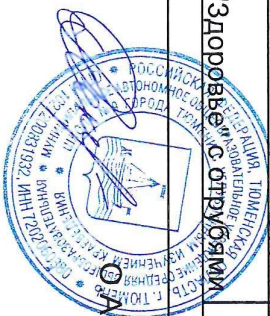
Директор



О.А. Лекарева

Школа		Кухня шк. 9 к.1		Отд./корп		День		08.05.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед	Салатный микс		Зелёный горошек консервиров. (терм. обр)	30		10,5	0,9		1,8	
Обед	Первые блюда	433	Шурпа "По-деревенски" (свинина, картофель, лук, морковь, чеснок, укроп, соль, масло подсол)	188		285,5	13,51	17,63	17,31	
Обед	Блюда из рыбы	388	Котлета рыбная "Нежная" (филе минтая, куриное филе, клетчатка, специи, лук, соль, яичный и молочный белок, масло подс., сух. паниров.)	90		221,65	11,86	17,35	4,5	
Обед	Гарнир из круп	№1	Рис припущенный с овощами (рис, масло раст.лук, морковь, соль)	150		191,66	3,85	5,21	35,77	
Обед	Горячие напитки		Чай с апельсином с сахаром (чай черный байховый, апельсин св., сахар)	200		18,74	0,06	0,01	4,57	
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	23		55,66	1,86	0,58	10,74	
Обед				681	138,40	783,71	32,04	40,78	74,69	

Директор



О.А. Лекарева