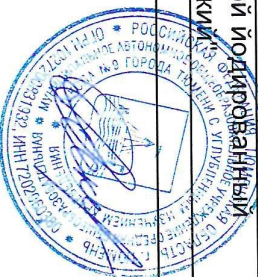


Школа		Кухня шк. 9 к.1		Отд./корп		День					
Пример пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	15.05.26	
Завтрак	Бутерброды		Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	31,5		86,17	6,22	4,13	6,04		
Завтрак	Каши		Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200		218,12	6,92	7,74	29,78		
Завтрак	Изделия кондитерские		Печенье "Карамелька"	55		223,69	4,28	5,13	40,1		
Завтрак	Горячие напитки		Чай с апельсином	200		18,74	0,06	0,01	4,57		
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша	45		46,8	2,88	1,58	5,31		
				531,5		593,52	20,36	18,59	85,8		
Завтрак	Салатный микс		Хрустящий овощной микс 12 гр.	12		56,23	0,58	2,32	8,26		
				12		56,23	0,58	2,32	8,26		
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	Пюре картофельное	150		138,76	3,32	4,11	21,9		
Обед	Напитки	771	Напиток из вишни	200		40,7	0,25	0,13	9,93		
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34		
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	23		55,2	1,7	0,53	10,93		
Обед	Хлебобулочные изделия			813	246,10	804,84	35,09	33,94	86,53		

Директор



О.А. Лекарева

Школа		Кухня шк. 9 к 1		Отд./корп		День		15.05.26		
Прием пищи	Раздел	№ реч.	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 с маслом	80		56,25	0,49	5,08	2,35	
Завтрак	Блюда из мяса		Плов ароматный с мясом	160		307,96	13,63	12,4	38,58	
Завтрак	Горячие напитки		Чай чёрный	200		0,01				
Завтрак	Соки и напитки 30%		Молоко питьевого клубничное обогащенное витаминами 80мл	80		53,84	2,16	2	6,8	
Завтрак	Хлебобулочн		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	17		41,14	1,38	0,43	7,94	
Завтрак	Хлебобулочн		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	16		38,4	1,18	0,37	7,6	
				563	107,70	563,7	18,94	27,53	63,41	
Завтрак	Салатный микс		Хрустящий овощной микс 12 гр.	12		56,23	0,58	2,32	8,26	
				12		56,23	0,58	2,32	8,26	
Завтрак	Салаты	19	Помидоры свежие (без соли)	80		14,4	0,7	0,16	2,15	
Завтрак	Блюда из рыбы		Котлета из белой рыбы	90		249,22	13,29	18,98	6,31	
Завтрак	Гарнир из овощей	№1	Пюре картофельное	180		166,51	3,98	4,93	26,28	
Завтрак	Горячие напитки		Чай с апельсином	200		18,74	0,06	0,01	4,57	
Завтрак	Хлебобулочн		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	23		55,66	1,86	0,58	10,74	
Завтрак	Хлебобулочн		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	16		38,4	1,18	0,37	7,6	
Завтрак	Хлебобулочн			589	107,70	542,93	21,07	25,03	57,65	

Директор



О.А. Лекарева

Школа		Кухня шк. 9 к.1		Отд./корп		День		15.05.26		
Прием пищи	Раздел	№ рещ.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Обед	Салаты	19	Помидоры свежие	60		10,8	0,53	0,12	1,61	
Обед	Первые блюда		Суп гороховый с мясом птицы с грибами 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 овощей	№1	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл, соль)	150		138,76	3,32	4,11	21,9	
Обед	Напитки	771	Напиток из вишни (вишня с/м, сахар)	200		40,7	0,25	0,13	9,93	
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный с отрубями	27		65,34	2,19	0,68	12,61	
				761	138,40	744,11	32,84	32,74	76,51	

Директор



О.А. Лекарева