

Школа	Кухня шк. 22 к.1			Отд./корп		День	14.09.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты	19	Помидоры свежие с маслом	60		46,08	0,49	4,11	1,51
Завтрак	Блюда из мяса	437	Гуляш мясной	96		179,63	10,55	13,42	3,56
Завтрак	Гарнир из круп	168	Гречка отварная рассыпчатая (масло слив.)	150		190,6	5,9	4,75	30,67
Завтрак	Горячие напитки		Чай с лимоном и сахаром	200		17,03	0,03		4,09
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Завтрак	Мучные изделия		Печенье овсяное "Клюковка" Царь	50		248,29	3,66	9,21	37,69
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	17		42,84	1,36	0,22	8,84
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	10		24	0,74	0,23	4,75
				683	107,70	795,47	23,2	32,34	100,91
Завтрак	Каши		клубникой и маслом сливочным ТМ Царь	200		189,49	6,51	8,26	21,36
Завтрак	Горячие напитки	692	Кофейный напиток с цикорием и молоком	200		95,1	3,91	3,03	12,17
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Джем абрикосовый Махеев	20		54,4			13,6
Завтрак	Мучные изделия		Оладьи	30		90,32	2,17	2,66	14,41
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащённый с малиной и со вкусом пломбира ТМ "Растишка"	45		47,25	2,88	1,58	5,4
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	14		33,6	1,04	0,32	6,65
				509	107,70	510,16	16,51	15,85	73,59