

Школа	Кухня шк. 22 к.1			Отд./корп		День	17.09.26		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Соки и напитки 30%		осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	200		92			23
Завтрак	Кондитерские изделия 10%НДС		Розница Печенье "Тюменочка" витаминизированное 22гр.	22		89,76	2,75	1,76	12,76
Завтрак	Кондитерские изделия 20% НДС		Печенье "Тюменочка" витаминизированное шоколадное 33 гр. в инд. уп.	33		161,04	3,27	4,52	26,8
				255		342,8	6,02	6,28	62,56
Завтрак	Салаты		Салат "Витаминный" из свежей капусты	80		65,11	1,5	4,16	5,25
Завтрак	Блюда из рыбы	381	Запеканка картофельная с минтаем	200		232,3	15,24	5,66	29,93
Завтрак	Напитки	846	Напиток из шиповника	200		57,6	0,54	0,22	13,73
Завтрак	Фрукты		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,47	0,4	9,8
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	22		51,7	1,94	0,75	8,98
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	20		48,4	1,62	0,5	9,34
				622	107,70	502,11	21,31	11,69	77,03
Завтрак	Салаты		Огурцы свежие (порционно)	80		12	0,52	0,09	2,5
Завтрак	Блюда из мяса	437	Гуляш мясной	90		195,99	12,17	14,86	2,67
Завтрак	Гарнир из макаронных изделий	№1	Макаронные изделия отварные (гребешок)	170		288,09	7,6	5,54	51,95
Завтрак	Напитки	771	Напиток клюквенный (пюре)	200		48	0,02		11,8
Завтрак	Соки и напитки 30%	698	Йогурт питьевой клубника-земляника	80		59,2	2,24	2	8,8
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	23		54,05	2,02	0,78	9,38
				643	107,70	657,33	24,57	23,27	87,1