

Школа

МОУ "Лицей № 40"

Отд./корп

День

понедельник

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	1 блюдо	88/2011	Щи из свежей капусты с картофелем(картофель, капуста, морковь, лук, соль поваренная йодированная, вода, масло растительное)	250		179,85	11,325	7,74	7,90
	2 блюдо	269/2011	Котлеты (особые) (внутренняя часть т/б отруба б/к, свинина, яйцо, сухари, соль поваренная йодированная, масло растительное)	90		244,75	5,58	10,80	45,40
	гарнир	54-1г-2020/2021	Макароны отварные(макароны, соль поваренная йодированная, масло сливочное, вода)	150		202,00	5,30	5,50	32,70
	напиток	54-2гн-2020/2021	Чай с сахаром (чай заварка, сахар, вода)	200		26,80	0,20	0,00	6,50
	хлеб	ПР	Хлеб	20		51,80	1,70	0,66	8,50
			ИТОГО:	<b>710</b>	<b>125,00</b>	<b>705,200</b>	<b>24,105</b>	<b>24,700</b>	<b>101,000</b>

Школа

МОУ "Лицей № 40"

Отд./корп

День

вторник

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 блюдо		54-7с-2020/2021	Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель, макароны, лук, морковь, соль поваренная йодированная, масло растительное, вода)	200		189,20	5,160	7,800	29,320
2 блюдо		280/2011	Фрикадельки в соусе(внутренняя часть т/б отруба, батон, сухари, соль поваренная йодированная, морковь, томат паста, масло растительное)	100		178,00	8,33	9,32	10,00
Гарнир		54-6г-2020/2021	Рис отварной(рис, соль поваренная йодированная, масло сливочное, вода)	150		208,70	3,60	5,40	36,40
напиток		54-2гн-2020/2021	Чай с сахаром (чай заварка, сахар, вода)	200		26,80	0,20	0,00	6,50
хлеб		ПР	Хлеб	50		129,50	4,25	1,65	21,25
			ИТОГО:	<b>700</b>	<b>125,00</b>	<b>732,200</b>	<b>21,540</b>	<b>24,170</b>	<b>103,470</b>

Школа

МОУ "Лицей № 40"

Отд./корп

День

среда

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	1 блюдо	54-8с-2020/2021	Суп картофельный с горохом(картофель, горох, морковь, лук, соль поваренная йодированная, масло растительное, вода)	250		166,42	4,500	5,750	20,350
	2 блюдо	278-331/2011	Тефтели (внутренняя часть т/б отруба б/к, батон, лук, мука, морковь, томат паста, сольповаренная йодированная, масло растительное)	110		151,00	4,54	9,75	10,25
	Гарнир	54-4г-2020/2021	Каша гречневая рассыпчатая(греча, соль поваренная йодированная, масло сливочное, вода)	150		238,90	8,20	6,90	35,90
	Напиток	54-4х-2020/2021	Компот из изюма(изюм, сахар, вода)	200		75,80	0,40	0,10	18,40
	Хлеб	ПР	Хлеб	40		103,60	3,40	1,32	17,00
	Хлеб	ПР	Батон	30		78,300	2,250	0,780	15,180
			ИТОГО:	<b>780</b>	<b>125,00</b>	<b>814,02</b>	<b>23,29</b>	<b>24,60</b>	<b>117,08</b>

Школа

МОУ "Лицей № 40"

Отд./корп

День

четверг

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	1 блюдо	54-3с-2020/2021	Рассольник ленинградский(картофель, кр.перловая, огурцы соленые, морковь, лук, соль поваренная йодированная, масло растительное, вода)	200		156,36	5,50	4,48	9,064
	2 блюдо	260/2011	Гуляш(свинина окорок, лук, томат паста, морковь, соль поваренная йодированная, масло растительное)	100		309,00	10,64	15,19	45,48
	Гарнир	54-11г-2020/2021	Картофельное пюре(картофель, молоко, соль поваренная йодированная, масло сливочное)	150		145,80	3,10	6,00	19,70
	напиток	54-2гн-2020/2021	Чай с сахаром (чай заварка, сахар, вода)	200		26,80	0,20	0,00	6,50
	хлеб	ПР	Хлеб	50		129,50	4,25	1,65	21,25
			ИТОГО:	<b>700</b>	<b>125,00</b>	<b>767,460</b>	<b>23,686</b>	<b>27,320</b>	<b>101,99</b>

Школа

МОУ "Лицей № 40"

Отд./корп

День

пятница

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 блюдо		54-2с-2020/2021	Борщ с капустой и картофелем(картофель, капуста, свекла, морковь, лук, томат паста, соль поваренная йодированная, вода)	250		178,20	10,33	7,64	7,80
2 блюдо		290/2011	Птица, тушеная в соусе (филе б/ц бр., лук, морковь, томат паста, соль поваренная йодированная, масло растительное)	100		222,30	4,75	10,57	41,26
гарнир		54-1г-2020/2021	Макароны отварные(макароны, соль поваренная йодированная, масло сливочное, вода)	150		202,00	5,30	5,50	32,70
напиток		54-2гн-2020/2021	Чай с сахаром (чай заварка, сахар, вода)	200		26,80	0,20	0,00	6,50
хлеб		ПР	Хлеб	30		77,70	2,55	0,99	12,75
			ИТОГО:	<b>730</b>	<b>125,00</b>	<b>707,000</b>	<b>23,125</b>	<b>24,700</b>	<b>101,010</b>

Школа

МОУ "Лицей № 40"

Отд./корп

День

понедельник

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 блюдо		101/2011-226/2011	Суп картофельный с крупой, рыбой(картофель, кр.перловая, морковь, лук, соль поваренная йодированная, вода, филе трески)	250/15.		167,68	4,66	2,81	12,510
2 блюдо		310/2012	Суфле куриное(филе ц/б б/к, яйцо, мука, соль поваренная йодированная, масло растительное)	90		235,60	10,82	15,588	36,54
гарнир		54-1г-2020/2021	Макароны отварные(макароны, соль поваренная йодированная, масло сливочное, вода)	150		202,00	5,30	5,50	32,70
напиток		54-2гн-2020/2021	Чай с сахаром (чай заварка, сахар, вода)	200		26,80	0,20	0,00	6,50
хлеб		ПР	Хлеб	30		77,70	2,55	0,99	12,75
				<b>735</b>	<b>125,00</b>	<b>709,78</b>	<b>23,53</b>	<b>24,89</b>	<b>101,00</b>

Школа

МОУ "Лицей № 40"

Отд./корп

День

вторник

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	1 блюдо	99/2011	Суп из овощей(картофель, капуста, морковь, лук, зеленый горошек, соль поваренная йодированная, масло растительное)	250		178,85	10,33	6,74	6,90
	2 блюдо	54-5м-2020/2021	Котлета из курицы(бедро ц/б б/к, батон, сухари, соль поваренная йодированная, масло растительное)	90		188,120	5,600	10,700	34,133
	Гарнир	54-6г-2020/2021	Рис отварной(рис, соль поваренная йодированная, масло сливочное, вода)	150		208,70	3,60	5,40	36,40
	напиток	54-2гн-2020/2021	Чай с сахаром (чай заварка, сахар, вода)	200		26,80	0,20	0,00	6,50
	хлеб	ПР	Хлеб	40		103,60	3,40	1,32	17,00
			ИТОГО:	<b>730</b>	<b>125,00</b>	<b>706,07</b>	<b>23,125</b>	<b>24,16</b>	<b>100,933</b>

Школа

МОУ "Лицей № 40"

Отд./корп

День

среда

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	1 блюдо	54-2с-2020/2021	Борщ с капустой и картофелем(картофель, капуста, свекла, морковь, лук, томат паста, соль поваренная йодированная, вода)	250		178,20	10,33	7,64	7,80
	2 блюдо	290/2011	Птица, тушеная в соусе (филе б/ц бр., лук, морковь, томат паста, соль поваренная йодированная, масло растительное)	100		222,30	4,75	10,57	41,26
	Гарнир	54-4г-2020/2021	Каша гречневая рассыпчатая(греча, соль поваренная йодированная, масло сливочное, вода)	150		238,90	8,20	6,90	35,90
	напиток	54-2гн-2020/2021	Чай с сахаром (чай заварка, сахар, вода)	200		26,80	0,20	0,00	6,50
	хлеб	ПР	Хлеб	30		77,70	2,55	0,99	12,75
			ИТОГО:	<b>730</b>	<b>125,00</b>	<b>743,90</b>	<b>26,025</b>	<b>26,100</b>	<b>104,21</b>



Школа

МОУ "Лицей № 40"

Отд./корп

День

четверг

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 блюдо		121/2011	Суп молочный с крупой(молоко, рис, сахар, соль поваренная йодированная, масло сливочное)	250		177,30	7,71	7,63	7,68
2 блюдо		280/2011	Фрикадельки в соусе(внутренняя часть т/б отруба, батон, сухари, соль поваренная йодированная, морковь, томат паста, масло растительное)	100		178,00	8,33	9,32	33,97
Гарнир		54-11г-2020/2021	Картофельное пюре(картофель, молоко, соль поваренная йодированная, масло сливочное)	150		145,80	3,10	6,00	19,70
Напиток		54-4х-2020/2021	Компот из изюма(изюм, сахар, вода)	200		75,80	0,40	0,10	18,40
хлеб		ПР	Хлеб	50		129,50	4,25	1,65	21,25
			ИТОГО:	<b>750</b>	<b>125,00</b>	<b>706,400</b>	<b>23,792</b>	<b>24,700</b>	<b>101,000</b>

Школа

МОУ "Лицей № 40"

Отд./корп

День

пятница

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 блюдо		54-10с2020/2021	Суп крестьянский с крупой(капуста, картофель, кр.перловая, морковь, лук, соль поваренная йодированная, масло растительное, вода)	250		218,96	5,100	5,580	32,680
2 блюдо		271/2011	Котлеты домашние(внутренняя часть т/б отруба б/к, батон, сухари, соль поваренная йодированная, масло растительное)	90		239,31	13,18	15,57	26,06
Гарнир		210/2011	Картофель отварной(картофель, соль поваренная йодированная, вода, масло сливочное)	150		142,35	2,86	4,32	23,01
напиток		54-2гн-2020/2021	Чай с сахаром (чай заварка, сахар, вода)	200		26,80	0,20	0,00	6,50
хлеб		ПР	Хлеб	30		77,70	2,55	0,99	12,75
			ИТОГО:	<b>720</b>	<b>125,00</b>	<b>705,120</b>	<b>23,885</b>	<b>26,458</b>	<b>101,01</b>