

Школа	№69			Отд./корп		День	19.09.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Масло сладко-сливочное 10 гр Сыробогатов	10					
Завтрак	Блюда из круп		Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	200		217,88	5,91	7,53	31,39
Завтрак	Третьи блюда		Цикорий с молоком*	200		86,74	3,06	2,5	12,79
Завтрак	Напитки (каждому)		Йогурт печеное яблоко питьевой уп 100гр	100		74	2,8	2,5	11
Завтрак	Фрукты на выбор ФМШ		Фрукт груша свежая	150					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Николаевский" йодир.	20		48,6	1,48	0,46	9,5
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	22		59,4	1,87	1,65	9,9
				670		486,62	15,12	14,64	74,58
Завтрак	Салаты и закуски		Овощи свежие порционно (помидоры)	80		19,2	0,88	0,16	3,04
Завтрак	Блюда из мяса		Запеканка картофельная со свиной п/ф	200		399,93	16,41	22,52	35,28
Завтрак	Третьи блюда		Чай без сахара	200		1,2			0,3
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" Клубника - банан вкус с пломбир инд уп 45гр	45		45,9	2,7	1,57	5,26
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	21		56,7	1,79	1,58	9,45
				565		522,93	21,78	25,83	53,33