

Школа	№69			Отд./корп		День	20.09.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салатный микс		Овощи свежие порционно (огурцы)	80		8,8	0,56	0,08	1,52
Завтрак	Блюда из мяса кур		Наггетсы куриные хрустящие	90		203,3	9	11,39	16,21
Завтрак	Гарниры	ТТК	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	180		184,22	5,88	5,78	27,08
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из вишни	200		44,92	0,2	0,06	10,64
Завтрак	Напитки (каждому)		Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	100					
Завтрак	Хлеб		Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	26		52,52	1,72	0,34	11,7
Завтрак	Хлеб		пшенич.витамин.	20		40	1,32	0,22	8,2
				<b>700</b>		<b>533,76</b>	<b>18,68</b>	<b>17,87</b>	<b>75,35</b>
Завтрак	Блюда из мяса		Жаркое "По-домашнему" с говядиной (ов. п/ф)	200		266,42	14,63	15,74	16,55
Завтрак	Третьи блюда		Напиток из сухофруктов	200		69,04	0,83	0,05	16,14
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Мороженое молочное ванильное с клубникой и пребиотиком 55 гр	55		180	3,9	6,5	25,1
Завтрак	Хлеб		Хлеб пшеничный вит. "Подовый"	26		52,52	1,72	0,34	11,7
				<b>495</b>		<b>567,98</b>	<b>21,08</b>	<b>22,63</b>	<b>69,49</b>