

Школа	№69			Отд./корп		День	25.09.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Блинчики с яблочной начинкой и бананом	80		205,68	3,44	5,66	35,38
Завтрак	круп		Каша пшеничная молочная с маслом	200		178,58	5,48	8,62	19,53
Завтрак	Третьи блюда		Какао-напиток молочный, витам. С зефирками	200		89,3	4,02	2,95	11,5
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	12		28,2	1,06	0,41	4,9
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт слива свежая	120		55,2	0,84	0,34	12,02
				600		556,96	14,84	17,98	83,33
Завтрак	Салаты и закуски		Масло сладко-сливочное 10 гр Сыробогагов	10					
Завтрак	Блюда из мяса кур		Бедро куриное запеченное	100		225,95	16,29	17,45	0,01
Завтрак	Гарниры		Макароны в томатном соусе	150		197,24	5,08	4,48	33,8
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из шиповника	200		77,36	0,54	0,22	15,71
Завтрак	Напитки (каждому)		Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 100 мл	100		80,9	2,9	2,5	11,7
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,4	0,4	9,8
Завтрак	Хлеб		витаминиз.	16		48	1,6	1,36	7,2
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	20		47	1,76	0,68	8,16
				720		723,45	28,57	27,09	86,38