

Школа	№69			Отд./корп		День	10.10.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Морковные палочки свежие 80гр	80		28	1,04	0,08	5,52
Завтрак	Блюда из мяса		Котлета мясная /говядина,свинина/* лук п/ф	90		184,3	12,27	11	13,54
Завтрак	Гарниры		Пюре картофельное п/ф	150		144,69	3,3	4,73	22,12
Завтрак	Третьи блюда		Чай с апельсинами без сахара	200		2,16	0,05	0,01	0,41
Завтрак	Кондитерские изделия		Шоколад молочный мини-шоколадки 5г	5		26,5	0,25	1,55	2,9
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	40		120,76	3,28	1,52	22,92
Завтрак	Хлеб		пшенич.витамин.	25		50	1,65	0,28	10,25
				<b>605</b>		<b>556,41</b>	<b>21,84</b>	<b>19,17</b>	<b>77,66</b>
Завтрак	Салаты и закуски		Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогагов	10					
Завтрак	Блюда из мяса кур		Наггетсы куриные хрустящие	90		203,3	9	11,39	16,21
Завтрак	Гарниры	ТТК	Овощи тушеные	180		67,13	3,2	1,4	9,88
Завтрак	Третьи блюда		Напиток из изюма	200		46,98	0,19	0,19	10,92
Завтрак	Напитки (каждому)		Йогурт клубника+земляника питьевой 100гр	100		74	2,8	2,5	11
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	30		90,57	2,46	1,14	17,19
Завтрак	Хлеб		пшенич.витамин.	19		38	1,25	0,21	7,79
				<b>630</b>		<b>519,98</b>	<b>18,9</b>	<b>16,83</b>	<b>72,99</b>