

Школа	№69			Отд./корп		День	09.10.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Масло сливочное /порционно/	10		66,2	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Блюда из мяса кур		макаронным гарниром в стиле Альфредо	180		129,06	9,48	8,7	3,17
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из кураги	200		61,06	0,83	0,05	14,15
Завтрак	Напитки (каждому)		Молоко шоколадное обогащенное витаминами 100 мл	100		80,9	2,9	2,5	11,7
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт яблоко свежее	110		51,7	0,44	0,44	10,78
Завтрак	Хлеб		витаминиз.	30		90	3	2,55	13,5
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	28		65,8	2,46	0,95	11,42
				<b>670</b>		<b>544,72</b>	<b>19,21</b>	<b>22,44</b>	<b>64,86</b>
Завтрак	Блюда из круп		Каша рисовая с маком (с вареньем или джемом)	180		176,64	4,86	6,54	24,42
Завтрак	Соусы		Варенье из яблок (для каши)	20		23,37	0,06	0,06	5,54
Завтрак	Третьи блюда		Какао напиток "Хрутка"	180		100,65	5,32	4,75	8,93
Завтрак	Выпечка		Блинчики с абрикосовой начинкой	80		225,66	3,22	6,75	39,23
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	11		25,85	0,97	0,37	4,49
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт банан свежий	160		153,6	2,4	0,8	34,4
				<b>770</b>		<b>705,77</b>	<b>16,83</b>	<b>19,27</b>	<b>117,01</b>