

Школа	№69			Отд./корп	День	14.11.23			
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		Тефтели мясные из говядины с рисом п/ф	90		188,82	11,94	10,55	11,58
Завтрак	Гарниры		Пюре картофельное п/ф	150		144,69	3,3	4,73	22,12
Завтрак	блюда		Чай с апельсинами без сахара	200		2,16	0,05	0,01	0,41
Завтрак	Хлеб		витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Завтрак	Хлеб		пшенич.витамин.	14		28	0,92	0,15	5,74
				600		442,99	18,64	16,17	55,11
Завтрак	Салаты и закуски		Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогагов	10					
Завтрак	Блюда из мяса кур		Чахохбили "По-школьному" из филе кур. с томатами п/ф	95		99,21	11,8	3,84	4,14
Завтрак	Гарниры		Овощи припущенные (рагу овощное)	150		133,26	2,94	3,5	22,4
Завтрак	блюда		Напиток фруктовый из яблок сушеных	200		23,94			5,99
Завтрак	Напитки (каждому)		Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	100					
Завтрак	Хлеб		витаминиз.	20		60	2	1,7	9
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	16		37,6	1,41	0,54	6,53
				630		354,01	18,15	9,58	48,06