

Школа	№69			Отд./корп		День	23.11.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Блюда из рыбы		Тефтели рыбные из горбуши	90		147,66	14,33	5,32	10,62
Завтрак	Гарниры		Пюре картофельное п/ф	150		144,69	3,3	4,73	22,12
Завтрак	блюда		Чай яблочно-смородиновый	200		28,5	0,07	0,04	6,84
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" Клубника - абрикос инд уп 45гр	45		45,9	2,7	1,57	5,26
Завтрак	Хлеб		витаминоиз.	25		75	2,5	2,13	11,25
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	20		40,4	1,3	0,22	8,3
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт мандарин свежий	80		30,4	0,64	0,16	6
				610		512,55	24,84	14,17	70,39
Завтрак	Блюда из мяса		Голубцы ленивые п/ф	90		202,73	12,72	12,55	9,74
Завтрак	Гарниры		Булгур с овощами (овощи п/ф)	150		197,73	5,8	4,75	35,36
Завтрак	Третьи блюда		Напиток из ягод (красная смородина, вишня, клубника)	200		31,92			7,98
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" Клубника - банан вкус с пломбир инд уп 45гр	45		45,9	2,7	1,57	5,26
Завтрак	Хлеб		витаминоиз.	30		90	3	2,55	13,5
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	20		40,4	1,3	0,22	8,3
				535		608,68	25,52	21,64	80,14