

Школа	№69			Отд./корп		День	27.12.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогатов	10					
Завтрак	Блюда из мяса	ТТК	Гречневая каша с тушеной говядиной и овощами	180		271,57	13,82	14,3	21,55
Завтрак	Третьи блюда		Кофейный напиток с молоком	200		82,44	3,09	2,52	11,68
Завтрак	Напитки (каждому)		Сок яблочно-шиповниковый восстановленный осветлённый "Сады придонья" 125 мл	125					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	20		40,4	1,3	0,22	8,3
Завтрак	Хлеб		Батон нарезной йодированный	23					
				<b>558</b>		<b>394,41</b>	<b>18,21</b>	<b>17,04</b>	<b>41,53</b>
Обед	Первые блюда		Суп гороховый с говядиной и гренками п/ф	268		242,43	11,16	7,49	33,25
Обед	Блюда из мяса кур		Бедро куриное запеченное	100		225,95	16,29	17,45	0,01
Обед	Гарниры		Макаронные изделия отварные (рожки трубоч)	150		215,34	5,62	4,21	38,39
Обед	Напитки (каждому)		Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстан. "Мой" 1 л	200		9			2,2
Обед	Сладкое блюдо /каждому/		Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр	125					
Обед	Сладкое блюдо /каждому/		Пюре овощное ( морковь) ТМ "Сады придонья" 125 гр	125		35			8,75
Обед	Хлеб		Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	20		40,4	1,3	0,22	8,3
Обед	Хлеб		Батон нарезной йодированный	24					
				<b>1 012</b>	<b>246,10</b>	<b>768,12</b>	<b>34,37</b>	<b>29,37</b>	<b>90,9</b>