

Школа	№69		Отд./корп		День	31.01.24			
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		Плов из свинины п/ф	150		203,33	4,09	3,52	38,77
Завтрак	Третьи блюда		Кофейный напиток с молоком	200		82,44	3,09	2,52	11,68
Завтрак	Напитки (каждому)		Кисломолочный напиток "Снежок" инд.уп.100гр	100					
Завтрак	Хлеб		Батон нарезной йодированный	23					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Николаевский" йодир.	20		48,6	1,48	0,46	9,5
				503		334,37	8,66	6,5	59,95
Обед	Салаты и закуски		Салат из свеклы с маслом растительным* п/ф	80		70,23	1,22	4,08	7,18
Обед	Первые блюда		Суп гороховый с говядиной и гренками п/ф	250		226,15	10,41	6,99	31,02
Обед	Блюда из мяса кур		Чахохбили "По-школьному"из филе куриного с томатами п/ф	90		93,99	11,18	3,64	3,92
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	Фрукты /каждому/		Фрукт яблоко свежее	120		56,4	0,48	0,48	11,76
Обед	Хлеб		Хлеб "Николаевский" йодир.	20		48,6	1,48	0,46	9,5
Обед	Хлеб		Батон нарезной йодированный	31					
				941	246,10	719,71	30,39	19,86	103,97