

Школа	№69 (второй корпус)			Отд./корп		День	2/20/2024		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогатов	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Блюда из круп		Каша молочная пшенная (жидкая) с маслом	221		220,46	6,99	8,79	28,09
Завтрак	Напитки (каждому)		Кофейный напиток с цикорием с молоком (курземе )	200		89,28	3,17	2,5	11,99
Завтрак	Напитки (каждому)		Йогурт яблоко -тархун питьевой уп 100гр	100		74	2,8	2,5	11
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	20		45	1,38	0,34	9,1
Завтрак	Хлеб		Батон нарезной йодированный	31					
Завтрак	Фрукты /каждому/		Яблоки резанные дольки 80гр	80		37,6	0,32	0,32	7,84
				<b>662</b>	<b>107,70</b>	<b>532,44</b>	<b>14,76</b>	<b>21,7</b>	<b>68,16</b>
Завтрак	Салаты и закуски		Морковные палочки свежие 80гр	80					
Завтрак	Блюда из мяса		Тефтели мясные из свинины п/ф	90		195,54	10,48	11,67	11,58
Завтрак	Гарниры		Пюре картофельное п/ф	150		144,69	3,3	4,73	22,12
Завтрак	Третьи блюда		Чай чёрный	200		0,01			
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" Клубника - банан вкус пломбира инд уп 45гр	45		45,9	2,7	1,57	5,26
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	18		40,5	1,24	0,31	8,19
				<b>600</b>	<b>107,70</b>	<b>477,96</b>	<b>19,11</b>	<b>18,93</b>	<b>56,89</b>