

Школа	№69			Отд./корп		День	23.01.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Бутерброд с сыром (батон в/с)	43		132,17	6,59	6,59	11,58
Завтрак	Блюда из мяса кур		Плов из филе куриного /ов п/ф/	145		384,35	25,33	13,95	38,38
Завтрак	Третьи блюда		Чай яблочно-брусничный	171		33,35	0,07	0,06	8,02
Завтрак	Кондитерские изделия		Печенье сдобное с корицей 50 гр	50		204	6,25	4	29
Завтрак	Хлеб		пшенич.витамин.	20		40	1,32	0,22	8,2
				433	107,70	793,87	39,56	24,82	95,18
Завтрак	Салаты и закуски		Блинчики с курицей и сыром	80		209,98	56	7,6	22,4
Завтрак	Блюда из круп		Каша молочная пшеничная с маслом	194		197,71	7,2	2,95	35,24
Завтрак	Третьи блюда		Какао-напиток молочный с витам.С	196		91,24	3,45	2,89	12,72
Завтрак	Хлеб		пшенич.витамин.	23		46	1,52	0,25	9,43
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт мандарин свежий	90		34,2	0,72	0,18	6,75
				620	107,70	579,13	68,89	13,87	86,54