

Школа	№69			Отд./корп		День	11.10.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Масло сливочное /порционно/	10		66,2	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Блюда из яиц, творога		Запеканка из творога*	150		294,17	21,12	15,38	23,03
Завтрак	Соусы		гр	21					
Завтрак	Третьи блюда		Чай яблочно-вишневый	200		28,9	0,06	0,03	7,01
Завтрак	Напитки (каждому)		Сок яблочный восстановленный осветленный "Сады Придонья" 125 мл	125		56,25			13,75
Завтрак	Хлеб		Батон нарезной йодированный	20					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Николаевский" йодир.	16		38,88	1,18	0,37	7,6
				572		484,4	22,46	23,03	51,53
Завтрак	Салаты и закуски		Морковные палочки свежие 80гр	80		28	1,04	0,08	5,52
Завтрак	Блюда из мяса		Поджарка из свинины /лук п/ф/	90		252,44	15,2	18,55	5,14
Завтрак	Гарниры		Картофельные шарики запеченные п/ф	150		232,28	4,6	7,08	63,47
Завтрак	Третьи блюда		Чай гречишный	200		0,01			
Завтрак	Хлеб		Батон нарезной йодированный	35					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Николаевский" йодир.	20		48,6	1,48	0,46	9,5
				580		561,33	22,32	26,17	83,63