

Школа	№69			Отд./корп		День	23.10.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сырбогатов	10					
Завтрак	Блюда из мяса кур		Мясо птицы в томатно-сырном соусе с макаронным гарниром	180		119,8	11,06	7,3	2,2
Завтрак	Третьи блюда		Напиток из шиповника	200		69,38	0,54	0,22	13,72
Завтрак	Напитки (каждому)		Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	100		80,9	2,9	2,5	11,7
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,4	0,4	9,8
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	38		114	3,8	3,23	17,1
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	20		47	1,76	0,68	8,16
				670		478,08	20,46	14,33	62,68
Завтрак	Блюда из круп		Каша молочная ячневая с маслом	180		193,87	6,16	6,86	26,7
Завтрак	Третьи блюда		Какао-напиток молочный, витам.С зефирками	195		87,07	3,92	2,88	11,21
Завтрак	Выпечка		Блинчики с вишневой начинкой	80		225,66	3,22	6,75	39,23
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	18		42,3	1,58	0,61	7,34
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт мандарин свежий	135		51,3	1,08	0,27	10,13
				600		600,2	15,96	17,37	94,61