

Школа	№69			Отд./корп		День	25.10.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
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 с лимоном с сахаром	200		22,34	0,06	0,01	5,2
Завтрак	Хлеб		Батон нарезной йодированный	20					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Николаевский" йодир.	18		43,74	1,33	0,41	8,55
				580		578,8	22,23	26,13	87,88
Завтрак	Салаты и закуски		Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогатов	10					
Завтрак	Блюда из яиц, творога		Запеканка из творога с сухофруктами и овсяным штрейзелем	150		404,99	22,48	18,75	41,81
Завтрак	Соусы		гр	14					
Завтрак	Третьи блюда		Чай яблочно-брусничный	200		28,6	0,06	0,05	6,89
Завтрак	Хлеб		Батон нарезной йодированный	20					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Николаевский" йодир.	10		24,3	0,74	0,23	4,75
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт яблоко свежее	150		70,5	0,6	0,6	14,7
				547		528,39	23,88	19,63	68,15