

Школа	№69			Отд./корп		День	18.01.24		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Сыр плавленный порц. "Дружба"	16,3		40	1,44	3,2	1,44
Завтрак	Третьи блюда		Какао-напиток молочный с витам.13	200		82,05	3,62	2,95	10,09
Завтрак	Выпечка		Блинчики с вишневой начинкой	80		225,66	3,22	6,75	39,23
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт яблоко свежее	100		47	0,4	0,4	9,8
				413,3		446,03	10,07	13,95	70,3
Обед	Салаты и закуски		Хрустящая морковь 15 гр. ТМ Зеленика	15					
Обед	Первые блюда		Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	279		151,47	5,7	8,78	12,16
Обед	Блюда из мяса		Азу из говядины "По-новому" п/ф	90		205,23	15,28	14,68	3
Обед	Гарниры		Гречка отварная	130		148,81	4,96	4,43	22,33
Обед	Третьи блюда		Напиток из сухофруктов	200		61,06	0,83	0,05	14,15
Обед	Хлеб		Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	20		44,4	1,4	0,24	9,16
Обед	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	19		57,36	1,56	0,72	10,89
				753	246,10	668,33	29,73	28,9	71,69