

Школа	№69			Отд./корп		День	3/7/2024		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Блюда из рыбы		Тефтели рыбные из горбуши	90		147,66	14,33	5,32	10,62
Завтрак	Гарниры		Пюре картофельное п/ф	150		144,69	3,3	4,73	22,12
Завтрак	Третьи блюда		Чай яблочно-вишневый	200		28,9	0,06	0,03	7,01
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" Клубника - абрикос инд уп 45гр	45		45,9	2,7	1,57	5,26
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	19		38	1,25	0,21	7,79
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	27		81,51	2,21	1,03	15,47
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт мандарин свежий	90					
				<b>621</b>	<b>107,70</b>	<b>486,66</b>	<b>23,85</b>	<b>12,89</b>	<b>68,27</b>
Завтрак	Блюда из мяса		Голубцы ленивые п/ф	90		202,73	12,72	12,55	9,74
Завтрак	Соусы		Соус сметанный с томатом для запекания	15		10,44	0,25	0,58	1,04
Завтрак	Гарниры		Рис припущенный	130		172,99	3,08	3,58	32,13
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый смородиновый	200		42,92	0,25	0,1	9,81
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Творог обогащенный "Растишка" Клубника - абрикос инд уп 45гр	45		45,9	2,7	1,57	5,26
Завтрак	Кондитерские изделия		Конфеты железные "ФрутЛандия" 16гр	16					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	23		69,44	1,89	0,87	13,18
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	19		38	1,25	0,21	7,79
				<b>538</b>	<b>107,70</b>	<b>582,42</b>	<b>22,14</b>	<b>19,46</b>	<b>78,95</b>
Обед	Салатный микс		Огурцы свежие с зеленью	80		9,07	0,57	0,08	1,57
Обед	Первые блюда		Свекольник со сметаной п/ф	250		120,31	2,56	5,39	15,23
Обед	Блюда из мяса кур		Котлета из мяса птицы с маслом слив. п/ф	90		148,51	11,64	7,5	13,34
Обед	Гарниры		Картофель отварной п/ф	180		182,48	3,77	5,09	30,3
Обед	Напитки (каждому)		Сок яблочный для детей 200мл	200					
Обед	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	20		60,38	1,64	0,76	11,46
Обед	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	19		38	1,25	0,21	7,79
				<b>839</b>	<b>138,40</b>	<b>558,75</b>	<b>21,43</b>	<b>19,03</b>	<b>79,69</b>