

Школа	№69			Отд./корп		День	3/12/2024		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогагов	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Завтрак	Блюда из мяса кур		Наггетсы куриные хрустящие	90		203,3	9	11,39	16,21
Завтрак	Гарниры	ТТК	Овощи тушеные	180		67,13	3,2	1,4	9,88
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из шиповника	200		69,38	0,54	0,22	13,72
Завтрак	Напитки (каждому)		Йогурт печеное яблоко питьевой уп 100гр	100		74	2,8	2,5	11
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Московский" ржаной	20		37,4	1,46	0,26	7,28
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	22		56,32	1,79	0,55	10,27
				622	107,70	573,63	18,89	23,57	68,5
Завтрак	Блюда из мяса		Котлета мясная /говядина,свинина/* п/ф	90		184,4	12,27	11,01	13,53
Завтрак	Гарниры		Пюре картофельное п/ф	170		163,98	3,74	5,36	25,07
Завтрак	Третьи блюда		Чай гречишный	200		1,5	0,1		0,3
Завтрак	Сладкое блюдо /каждому/		Хрустящая морковь 15 гр. ТМ Зеленика	15					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Московский" ржаной	20		37,4	1,46	0,26	7,28
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	29		74,24	2,36	0,73	13,54
				524	107,70	461,52	19,93	17,36	59,72