

Школа	Кухня шк. 69 к.1			Отд./корп		День	13.12.24		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Изделия кондитерские мучные		Печенье сдобное "Листик"	25		156,44	2,28	8,29	18,16
Завтрак	Блюда из творога		Сырники из творога с малиновой начинкой	60		118,98	7,44	4,74	11,64
Завтрак	Каши		Каша молочная пшенная с маслом сливочным	200		198,18	6,81	7,86	24,31
Завтрак	Напитки		Чай гречишный	200		0,01			
Завтрак	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		57	1,48	0,46	9,5
				<b>505</b>		<b>530,61</b>	<b>18,01</b>	<b>21,35</b>	<b>63,61</b>
Обед	Бутерброды		Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	10		66,1	0,1	7,25	0,14
Обед	Салаты		Помидоры свежие (порционнo)	80		14,4	0,7	0,16	2,15
Обед	Первые блюда		Суп-лапша с курицей и зеленью *	250		203,75	9,79	12,05	13,8
Обед	Блюда из мяса	437	Котлета "По-домашнему"	90		203,01	11,9	13,12	8,64
Обед	Гарнир из овощей	№1	Овощи припущенные (рагу овощное)	180		160,49	3,53	4,24	26,84
Обед	Соки и напитки 30%		Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп.	200		92			23
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	18		45,36	1,44	0,23	9,36
Обед	Хлебобулочные изделия		Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	20		57	1,48	0,46	9,5
				<b>848</b>	<b>246,10</b>	<b>842,11</b>	<b>28,94</b>	<b>37,51</b>	<b>93,43</b>