

Школа	№40			Отд./корп		День	28.03.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Салат из свеклы с маслом растительным* п/ф	80		70,23	1,22	4,08	7,18
Завтрак	Блюда из рыбы		Тефтели мясные (говядина, свинина) п/ф	90		258,29	10,91	18,38	12,06
Завтрак	Соусы		Соус брусничный с апельсином (для тефтелей)	30		31,83	0,18	0,12	7,15
Завтрак	Гарниры		Пюре картофельное (карт п/ф)	150		146,07	3,29	4,91	22,1
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из вишни	200		32			7,98
Завтрак	Напитки (каждому)		Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	100					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Изобилие" пшеничный	19		57	1,9	1,62	8,55
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	10		22,5	0,69	0,17	4,55
				670	107,70	617,92	18,19	29,28	69,57
Завтрак	Блюда из мяса кур		Наггетсы куриные хрустящие	100		237,98	10	14	18
Завтрак	Гарниры	ТТК	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	150		120,42	4,85	1,2	22,5
Завтрак	Третьи блюда		Чай ройбуш	200		16			3,99
Завтрак	Выпечка		Блинчики с абрикосовой начинкой	80		209,98	56	7,6	22,4
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт яблоко свежее	100					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	30		67,5	2,07	0,51	13,65
				670	107,70	651,88	72,92	23,31	80,54