

Школа	№69			Отд./корп		День	29.11.22		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салатный микс		Морковь с сахаром п/ф	70		44,3	0,84	0,06	9,87
Завтрак	Блюда из мяса		Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	80		156,28	8,28	10,81	6,28
Завтрак	Гарниры		Пюре картофельное (карт п/ф)	150		146,07	3,29	4,91	22,1
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из вишни	200		48			11,98
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	14		28	0,92	0,15	5,74
				<b>550</b>		<b>473,97</b>	<b>14,72</b>	<b>16,58</b>	<b>65,71</b>
Завтрак	Салаты и закуски		Бутерброд с маслом со вкусом апельсина (батон в/с)	33		59,57	1,77	0,69	11,52
Завтрак	Блюда из мяса кур		Люля-кебаб из куриного филе (лук п/ф)	75		123,82	11,95	8,28	6,3
Завтрак	Гарниры	ТТК	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	150		165,37	4,85	6,19	22,5
Завтрак	Третьи блюда		Чай с лимоном	200		50,39	0,06	0,01	12,19
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт яблоко свежее	100					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	27		54	1,78	0,3	11,07
				<b>613</b>		<b>453,15</b>	<b>20,41</b>	<b>15,47</b>	<b>63,58</b>