

Школа	№69			Отд./корп		День	28.11.22		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Открытый сэндвич (батон, томат, сыр)	41		90,63	3,96	3,34	11,04
Завтрак	Блюда из яиц, творога		Сырники из творога п/ф	100		221,81	19,23	6,8	21,49
Завтрак	Соусы		Соус клубничный	20		22,28	0,09	0,05	5,25
Завтрак	Третьи блюда		Кофейный напиток с молоком	200		97,5	2,99	2,52	15,57
				455		432,22	26,27	12,71	53,35
Завтрак	Салаты и закуски		Помидоры свежие порционно	70		16,8	0,77	0,14	2,66
Завтрак	Блюда из мяса кур		Мак-н-чиз с филе куриным (макароны, филе кур., молоко, сыр, масло.сл. мука)	200		325,67	17,42	10,91	38,95
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из кураги	200		86,4	1,04	0,06	20,18
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	20		54	1,7	1,5	9
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	17		38,25	1,17	0,29	7,74
				610		521,12	22,1	12,9	78,53