

Школа	№69 (второй корпус)			Отд./корп		День	02.03.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салатный микс		Огурцы свежие (порционно)	80		8,8	0,56	0,08	1,52
Завтрак	Блюда из яиц, творога		Омлет запеченный натуральный	150		202,14	15,71	14,21	2,81
Завтрак	Третьи блюда		Какао молочно-шоколадный	200		85	2,8	2,5	12,68
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	14		42,27	1,15	0,53	8,02
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	10		20	0,66	0,11	4,1
Завтрак	Фрукты /каждому/		Яблоки резанные дольки 80гр	80					
				565	107,70	358,21	20,88	17,43	29,13
Завтрак	Салаты и закуски		Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы)	80		14	0,72	0,12	2,28
Завтрак	Блюда из рыбы		Рыбные палочки	90		33,9	0,02	3,75	0,03
Завтрак	Гарниры		Пюре картофельное (карт п/ф)	150		146,07	3,29	4,91	22,1
Завтрак	Третьи блюда		Чай с сахаром	200		20,01			4,99
Завтрак	Напитки (каждому)		Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр	100					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	21		63,4	1,72	0,8	12,03
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	19		38	1,25	0,21	7,79
				670	107,70	315,38	7	9,79	49,22