

Школа	№69 (второй корпус)			Отд./корп		День	10.10.22		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуска		Помидоры свежие порционно	80		19,2	0,88	0,16	3,04
Завтрак	Блюда из мяса кур		Бедро куриное запеченное	90		273,13	20,47	21,21	
Завтрак	Гарниры		Макаронные изделия отварные*	160		194,21	5,94	0,62	40,85
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из кураги	200		86,4	1,04	0,06	20,18
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"ржано-	19		38	1,25	0,21	7,79
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	20		54	1,7	1,5	9
					80,00	664,94	31,28	23,76	80,86
Завтрак	Салаты и закуска		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
					80,00	432,22	26,27	12,71	53,35