

Школа	№69 (второй корпус)			Отд./корп		День	19.10.22		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салатный микс		Огурцы свежие (порционно)	35		3,85	0,25	0,04	0,67
Завтрак	Блюда из мяса		Жаркое "По-домашнему" с говядиной (ов. п/ф)	111		371,05	25,26	21,94	16,44
Завтрак	Третьи блюда		Напиток из брусники и клубники	200		58,88	0,19	0,11	13,94
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	17		34	1,12	0,19	6,97
					80,00	519,1	28,21	22,93	47,76
Завтрак	Салаты и закуски		Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	60		60,52	1,96	4,01	3,96
Завтрак	Блюда из мяса кур		Фрикасе из филе куриного п/ф	70		120,58	12,2	7,04	6,9
Завтрак	Гарниры	ТТК	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	150		165,37	4,85	6,19	22,5
Завтрак	Третьи блюда		Чай ройбуш	200		16			3,99
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	10		20	0,66	0,11	4,1
					80,00	433,79	21,06	18	51,19