

Школа	№69 (второй корпус)			Отд./корп		День	27.10.22		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салатный микс		Огурцы соленые	30		3,9	0,24	0,03	0,51
Завтрак	Блюда из рыбы		Горбуша запеченая	50		36,99	0,31	3,03	2,07
Завтрак	Гарниры		Картофельные дольки запеченные п/ф	150		162,71	3	5,85	24,45
Завтрак	Третьи блюда		Чай с сахаром и лимоном	180		45,35	0,05	0,01	10,97
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
				470		320,27	5,65	9,68	51,84
Завтрак	Салаты и закуска		Нарезка из свежий овощей (томаты, огурцы)	80		14	0,72	0,12	2,28
Завтрак	Блюда из яиц, творога		Омлет запеченный натуральный	160		215,62	16,76	15,16	3
Завтрак	Третьи блюда		Какао-напиток молочный с 13 витаминами..	200		101,1	3,52	2,95	14,98
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	23		69,44	1,89	0,87	13,18
				445		400,16	22,89	19,1	33,44