

Школа	№69			Отд./корп		День	10.11.22		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Бутерброд с маслом со вкусом апельсина (батон в/с)	33		59,57	1,77	0,69	11,52
Завтрак	Блюда из яиц, творога		Омлет натуральный, запеченный с сыром	150		255,59	19,07	18,76	2,63
Завтрак	Третьи блюда		Напиток из шиповника	200		96,8	0,68	0,28	19,64
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	24		48	1,58	0,26	9,84
				388		459,96	23,1	19,99	43,63
Завтрак	Салаты и закуски		Винегрет овощной п/ф	90		115,31	1,23	9,15	6,83
Завтрак	Блюда из мяса кур		Мак-н-чиз с филе индейки (макароны, филе инд., молоко, сыр, масло.сл. мука)	200		365,3	19,65	14,31	38,98
Завтрак	Третьи блюда		Чай яблочно-вишневый	200		52,71	0,04	0,04	12,96
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	20		60,38	1,64	0,76	11,46
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	19		38	1,25	0,21	7,79
				630		631,7	23,81	24,47	78,02