

Школа	№69 (второй корпус)			Отд./корп		День	22.11.22		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салатный микс		Огурцы свежие (порционно)	40		4,4	0,28	0,04	0,76
Завтрак	Блюда из мяса		Азу из свинины"По-новому" (лук п/ф)	80		206,62	9,96	17,1	2,5
Завтрак	Гарниры		Пюре картофельное (карт п/ф)	150		146,07	3,29	4,91	22,1
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из клубники	200		58,25	0,2	0,1	13,85
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	19		38	1,25	0,21	7,79
				580		504,66	16,37	23,01	56,74
Завтрак	Салаты и закуски		Бутерброд с маслом сливочным (батон в/с) "Сыробогатов"	33		59,57	1,77	0,69	11,52
Завтрак	Блюда из круп		Каша молочная манная с маком и клубничным вареньем	198		123,35	3,37	7,01	11,4
Завтрак	Третьи блюда		Кофейный напиток с молоком	200		97,5	2,99	2,52	15,57
Завтрак	Фрукты /каждому/		Яблоки резанные дольки 80гр	80					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	10		20	0,66	0,11	4,1
				553		300,42	8,79	10,33	42,59
Обед	Салаты и закуски		Винегрет овощной п/ф	60		76,87	0,82	6,1	4,55
Обед	Первые блюда		Нежный суп-пюре из цветной капусты со сливками, сыром п/ф	250		117,61	4,76	6,06	10,75
Обед	Блюда из мяса кур		Бедро куриное запеченное	90		273,13	20,47	21,21	
Обед	Гарниры		Гречка отварная	120		170,94	6,99	1,83	31,69
Обед	Третьи блюда		Напиток тёплый из вишни	200		48			11,98
Обед	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	19		38	1,25	0,21	7,79
Обед	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	18		54,34	1,48	0,68	10,31
				850		778,89	35,77	36,09	77,07