

Школа	№69			Отд./корп		День	24.11.22		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Салат "Витаминный" из свежей капусты с яблоками и морковью п/ф	80		101,8	0,9	8,11	6,05
Завтрак	Блюда из мяса кур		Фарфале с филе куриным в соусе, сыром п/ф	200		284,35	13,19	7,53	41,4
Завтрак	Третьи блюда		Чай яблочно-вишневый	200		52,71	0,04	0,04	12,96
Завтрак	Фрукты на выбор ФМШ		Фрукт груша свежая	125					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	13		26	0,86	0,14	5,33
				680		516,18	16,38	16,47	75,48
Завтрак	Салаты и закуски		Бутерброд с маслом шоколадным (батон в/с)*	33		59,57	1,77	0,69	11,52
Завтрак	Блюда из яиц, творога		Омлет натуральный, запеченный с сыром	145		247,07	18,43	18,13	2,55
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из кураги	200		86,4	1,04	0,06	20,18
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	20		40	1,32	0,22	8,2
				388		433,04	22,56	19,1	42,45
Обед	Салаты и закуски		Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	60		60,52	1,96	4,01	3,96
Обед	Первые блюда		Рассольник "Ленинградский" с говядиной со сметаной п/ф	180		120,42	6,16	5,07	14,42
Обед	Блюда из мяса		Печень "По-строгановски"	60		99,04	9,56	4,76	5,9
Обед	Гарниры		Пюре картофельное (карт п/ф)	150		146,07	3,29	4,91	22,1
Обед	Третьи блюда		Напиток яблочно - ягодный "Я - Я"	200		58	0,13		14,1
Обед	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Обед	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	15		30	0,99	0,17	6,15
				800		565,37	23,48	19,57	76,37