

| Школа | №69 (второй корпус) | | | Отд./корп | | День | 28.11.22 | | |
|------------|-----------------------|--------|---|------------|------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | Салаты и закуски | | Открытый сэндвич (батон, томат, сыр) | 41 | | 90,63 | 3,96 | 3,34 | 11,04 |
| Завтрак | Блюда из яиц, творога | | Сырники из творога п/ф | 100 | | 221,81 | 19,23 | 6,8 | 21,49 |
| Завтрак | Соусы | | Соус клубничный | 20 | | 22,28 | 0,09 | 0,05 | 5,25 |
| Завтрак | Третьи блюда | | Кофейный напиток с молоком | 200 | | 97,5 | 2,99 | 2,52 | 15,57 |
| | | | | 455 | | 432,22 | 26,27 | 12,71 | 53,35 |
| Завтрак | Салаты и закуски | | Помидоры свежие порционно | 70 | | 16,8 | 0,77 | 0,14 | 2,66 |
| Завтрак | Блюда из мяса кур | | Мак-н-чиз с филе куриным (макароны, филе кур., молоко, сыр, масло.сл. мука) | 200 | | 325,67 | 17,42 | 10,91 | 38,95 |
| Завтрак | Третьи блюда | | Напиток тёплый из кураги | 200 | | 86,4 | 1,04 | 0,06 | 20,18 |
| Завтрак | Хлеб | | Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный | 20 | | 54 | 1,7 | 1,5 | 9 |
| Завтрак | Хлеб | | Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный | 17 | | 38,25 | 1,17 | 0,29 | 7,74 |
| | | | | 610 | | 521,12 | 22,1 | 12,9 | 78,53 |