

Школа	№69			Отд./корп		День	07.12.22		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуска		Морковные палочки свежие 80гр	80					
Завтрак	Блюда из мяса кур		Люля-кебаб из филе куриного с маслом сливочным (хл.Рябин.) п/ф	79		144,52	10,91	8,17	13,06
Завтрак	Гарниры	ТТК	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	150		142,89	4,85	3,7	22,5
Завтрак	Третьи блюда		Чай ройбуш	200		16			3,99
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	10		20	0,66	0,11	4,1
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	18		48,6	1,53	1,35	8,1
				600	80,00	372,01	17,95	13,33	51,75
Завтрак	Салаты и закуска		Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы)	50		8,75	0,45	0,08	1,43
Завтрак	Блюда из мяса		Жаркое "По-домашнему" с говядиной (ов. п/ф)	109		364,37	24,81	21,55	16,14
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из клубники	200		58,25	0,2	0,1	13,85
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	18		48,6	1,53	1,35	8,1
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	20		40	1,32	0,22	8,2
				480	80,00	519,97	28,31	23,3	47,72