

Школа	№69 (второй корпус)			Отд./корп		День	09.12.22		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуска		Винегрет овощной п/ф	80		102,5	1,1	8,14	6,07
Завтрак	Блюда из рыбы		Шницель натуральный рубленый /минтай/ с маслом (п/ф)	86		154,13	2,15	15,81	8,98
Завтрак	Гарниры		Рис припущенный с овощами /овощи	150		18,5	0,65	0,08	3,68
Завтрак	Третьи блюда		Чай яблочно-вишневый	200		52,71	0,04	0,04	12,96
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	18		42,3	1,58	0,61	7,34
				530	80,00	421,46	6,91	25,33	48,77
Завтрак	Салаты и закуска		Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	60		60,52	1,96	4,01	3,96
Завтрак	Блюда из мяса		Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины лук п/ф	65		186,58	10,27	12,88	12,33
Завтрак	Гарниры		Картофельные дольки запеченные п/ф	150		162,71	3	5,85	24,45
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из кураги	200		86,4	1,04	0,06	20,18
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	18		42,3	1,58	0,61	7,34
				535	80,00	589,83	19,24	24,06	78