

Школа	№69 (второй корпус)			Отд./корп		День	12.12.22		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салатный микс		Огурцы свежие (порционно)	55		6,05	0,39	0,06	1,05
Завтрак	Блюда из мяса кур		Мак-н-чиз с филе куриным (макароны, филе кур., молоко, сыр Гауда,	200		340,26	17,59	12,46	38,97
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из шиповника	200		96,8	0,68	0,28	19,64
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Завтрак	Фрукты /каждому/		Фрукт яблоко свежее	100					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	19		38	1,25	0,21	7,79
				730	80,00	532,43	21,3	13,66	77,19
Завтрак	Салаты и закуски		Открытый сэндвич (батон, томат, сыр Гауда)	40		87	4,04	3,04	10,76
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	80,00	428,59	26,35	12,41	53,07