

Школа	№69 (второй корпус)			Отд./корп		День	12.01.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Бутерброд с маслом шоколадным (батон йод)*	33		129,35	1,87	7,87	12,51
Завтрак	Блюда из яиц, творога		Омлет запеченный натуральный	150		202,14	15,71	14,21	2,81
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из шиповника	187		90,51	0,64	0,26	18,36
Завтрак	Фрукты на выбор ФМШ		Фрукт груша свежая	145					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	16		32	1,06	0,18	6,56
				478	107,70	454	19,28	22,52	40,24
Завтрак	Салаты и закуски		Салат в стиле греческий с сыром Адыгейским с маслом*	80		84,8	0,66	8,08	2,23
Завтрак	Блюда из мяса кур		Мак-н-чиз с филе куриным (макароны, филе кур., молоко, сыр, масло.сл.)	225		366,38	19,59	12,28	43,82
Завтрак	Третьи блюда		Чай яблочно-брусничный	171		47,03	0,07	0,06	11,43
Завтрак	Напитки (каждому)		Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами 100 мл	100		80,9	2,9	2,5	11,7
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	21		63	2,1	1,79	9,45
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	19		38	1,25	0,21	7,79
				710	107,70	680,11	26,57	24,92	86,42