

Школа	№69			Отд./корп		День	11.01.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Морковные палочки свежие 80гр	80					
Завтрак	Блюда из мяса кур		Люля-кебаб из филе куриного с маслом сливочным (хл.Рябин.) п/ф	94		171,96	12,98	9,72	15,54
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	Напитки (каждому)		Молоко питьевое ванильное обогащенное витаминами 100 мл	100		80,9	2,9	2,5	11,7
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	19		38	1,25	0,21	7,79
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	21		56,7	1,79	1,58	9,45
				700	107,70	506,45	23,77	17,71	70,97
Завтрак	Салаты и закуски		Помидоры свежие порционно	80		19,2	0,88	0,16	3,04
Завтрак	Блюда из мяса		Жаркое "По-домашнему" со свининой ов.п/ф	140		387,74	19,35	24,72	20,73
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из вишни	178		42,72			10,66
Завтрак	Напитки (каждому)		Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр	100		74	2,8	2,5	11
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Здоровье" с отрубями пшеничный	20		54	1,7	1,5	9
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	16		32	1,06	0,18	6,56
				560	107,70	609,66	25,79	29,06	60,99