

Школа	№69			Отд./корп		День	09.01.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Бутерброд с сыром (хл. пш батон н)	48		147,54	7,36	7,36	12,93
Завтрак	Блюда из круп		Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом	210		238,53	5,92	3,4	45,07
Завтрак	Третьи блюда		Какао-напиток молочный с витам.С	373		188,55	6,56	5,5	27,94
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	16		32	1,06	0,18	6,56
Завтрак	Фрукты в основное меню		Фрукт апельсин свежий	230					
				583	107,70	606,62	20,9	16,44	92,5
Завтрак	Салаты и закуски		Бутерброд с сыром (хл. пш батон н)	48		147,54	7,36	7,36	12,93
Завтрак	Блюда из мяса кур		Плов из филе куриного /ов п/ф/	156		413,51	27,25	15,01	41,29
Завтрак	Третьи блюда		Чай яблочно-брусничный	171		47,03	0,07	0,06	11,43
Завтрак	Кондитерские изделия		Бисквитное пирожное со сгущенным молоком HIPPO BO & friends 32гр	32					
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	23		46	1,52	0,25	9,43
				415	107,70	654,08	36,2	22,68	75,08
Обед	Салатный микс		Огурцы свежие (порционно)	80		8,8	0,56	0,08	1,52
Обед	Первые блюда		Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной п/ф	278		122,85	5,66	4,73	17,31
Обед	Блюда из мяса		Сочные биточки "По-домашнему" из говядины и свинины с маслом п/ф	89		255,47	14,06	17,63	16,89
Обед	Гарниры		Макаронные изделия отварные*	170		206,35	6,31	0,66	43,4
Обед	Третьи блюда		Напиток из шиповника	187		90,51	0,64	0,26	18,36
Обед	Хлеб		Хлеб "Рябиночка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Обед	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	17		34	1,12	0,19	6,97
				805	138,40	769,3	29,74	24,2	114,19