

Школа	№69			Отд./корп		День	31.01.23		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салатный микс		Огурцы свежие (порционно)	80		8,8	0,56	0,08	1,52
Завтрак	Блюда из мяса кур		Люля-кебаб из филе куриного с маслом сливочным (хлеб) п/ф	90		197,69	12,48	12,93	14,95
Завтрак	Гарниры	ТТК	Гречка отварная с овощами /овощи п/ф/	150		142,89	4,85	3,7	22,5
Завтрак	Третьи блюда		Чай с лимоном	160		27,51	0,05	0,01	6,56
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий" ржано-	22		44	1,45	0,24	9,02
Завтрак	Фрукты /каждому/		Яблоки резанные дольки 80гр	80					
				660	107,70	420,89	19,39	16,96	54,55
Завтрак	Салатный микс		Морковь с сахаром п/ф	80		50,63	0,96	0,07	11,28
Завтрак	Блюда из мяса		Голубцы ленивые с маслом сливочным п/ф	89		219,73	9,53	15,65	10,17
Завтрак	Гарниры		Пюре картофельное (карт п/ф)	150		146,07	3,29	4,91	22,1
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из вишни	200		32			7,98
Завтрак	Напитки (каждому)		Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр	100		74	2,8	2,5	11
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"ржано-	17		34	1,12	0,19	6,97
				650	107,70	607,75	19,09	23,97	79,24