

Школа	№40			Отд./корп		День	23.09.22		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты и закуски		Салат из моркови, сыром с маслом п/ф	70		70,6	2,28	4,68	4,62
Завтрак	Блюда из рыбы		Тефтели мясные п/ф	60		182,44	7,12	12,97	9,24
Завтрак	Соусы		Соус брусничный (для тефтелей)	20		19,36	0,1	0,07	4,36
Завтрак	Гарниры		Картофель тушеный м.р (овощи п/ф)	150		163,35	3,2	5,82	24,35
Завтрак	Третьи блюда		Напиток тёплый из изюма	200		96,2	0,46	0,1	23,14
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"ржано-	12		24	0,79	0,13	4,92
					<b>80,00</b>	<b>607,27</b>	<b>15,34</b>	<b>24,42</b>	<b>80,37</b>
Завтрак	Салаты и закуски		Салат в стиле греческий с маслом	80		96,02	0,71	9,08	2,71
Завтрак	Блюда из рыбы		Минтай, запеченный с сыром	75		82,71	2,27	6,76	3,12
Завтрак	Гарниры		Рис припущенный	150					
Завтрак	Третьи блюда		Чай яблочно-брусничный	200		55,01	0,08	0,07	13,37
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Дарницкий"ржано-	11		22	0,73	0,12	4,51
Завтрак	Хлеб		Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	17		51,32	1,39	0,65	9,74
					<b>80,00</b>	<b>307,06</b>	<b>5,18</b>	<b>16,68</b>	<b>33,45</b>