Школа	МБОУ "СОШ №34"	Отд./корп							День	11.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Блинчики без начинки	80		200	1	5	41,6
			Ветчина (порциями)	30		54,1	2,8	1,8	6,7
	гор.напиток		Чай с лимоном	200/15/7		61,5	0,1	0	15,2
			Молоко	200		121,8	5,8	6,4	9,4
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Помидор соленый	60		11,58	0,66	0,06	2,1
	1 блюдо		Суп картофельный с горохом	200		118,6	4,4	0,2	13,2
	2 блюдо		Плов (свинина)	200		544	16,8	37,6	34,6
	гарнир								
	сладкое		Компот из фруктов и ягод с/м	200		133,6	0,3	0,1	32,9
	хлеб бел.		пшеничный	30		70,5	2,3	0,2	14,8
	хлеб черн.		ржано-пшеничный	40		79,2	2,6	0,5	15,8