Школа	МБОУ "СОШ №34"	Отд./корп							День	22.04.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Запеканка из творога с повидлом	90/10		244,3	14,6	5	24
	гор.напиток		Чай с сахаром	200/15		60,5	0,1	0	15
			Яблоки свежие	180		84,6	0,72	0,72	17,64
	хлеб								
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска		Салат из свеклы	60		56,3	0,8	3,6	5
	1 блюдо		Рассольник петербургский	200/10		96,6	1,6	4	13,2
	2 блюдо		Фрикасе из курицы	110		336,8	23	23,6	13,7
	гарнир		Макаронные изделия отварные	150/5		168,5	5,5	4,5	26,4
	сладкое		Компот из свежих яблок	200		113,6	0,2	0,2	27,9
	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