Школа	МОУ Пижемская СОШ	Отд./корп		День	30.09.2021

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	181	Каша манная	200/10	18,70	200,00	4,40	5,80	32,80
			Йогурт	95	21,66	57,00	4,00	1,50	5,90
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	3,00	40,00	0,53	0,00	9,47
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,15	93,52	3,16	0,40	19,32
		338	Фрукты	160	24,33	81,00	1,92	0,42	17,36
			Зефир	50	13,50	163,00	0,40	0,05	39,90
Завтрак 2									
	фрукты								
Обед									
	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								