

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День					16.09.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша молочная из риса и пшена	200	20-10	74.8	0.05	8.25	0.13	
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1-87	40	0.53	0	9.47	
	хлеб гор.блюдо	2	Хлеб пшеничный	30	2-34	73	2.58	0.24	14.21	
Завтрак 2	фрукты	338	Груша	230	34-53	240	1.1	0.02	19	
Обед	закуска 1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	220	15-37	87.94	4.36	5.49	11.3	
	2 блюдо гарнир	239	Тефтели рыбные	60	24-51	126	6.61	6.44	9.41	
		142	Картофельное пюре	150	9-14	180	2.72	10.49	18.88	
	сладкое	343	Компот из свежих плодов	200	7-16	143.4	0.44	0.07	34.84	
	хлеб бел. хлеб черн.	1	Хлеб ржаной	60	3-82	200.3	3.26	5.66	19.49	