

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День				20.10.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша рисовая молочная	150	16-11	325	7.51	11.72	47.03
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	11-97	118.6	4.6	3.67	17.56
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2-34	130	2.37	0.27	17.2
Завтрак 2	фрукты	338	Апельсин	255	38-86	176.76	2.26	0.38	15.75
Обед	закуска								
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	210	14-15	80	1.46	3.94	9.4
	2 блюдо	291	Плов из мяса птицы	150	32-20	176	23.38	21.4	44.6
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	2	Хлеб пшеничный	60	3,82	156	2.37	0.27	17.2