

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп						День	18.11.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша молочная из риса и пшена	160	14-91	56.1	0.05	8.25	0.13	
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1-87	40	0.53	0	9.47	
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2-34	72.8	2.58	0.24	14.21	
	гор.блюдо	219	Сырники из творога со сгущенным молоком	43	24-66	190.7	5.1	7.5	28.5	
Завтрак 2	фрукты	338	Груша	200	34-53	236	1.1	0.02	19	
Обед	закуска	71	Помидор	30	4-67	7.2	1	0.2	5	
	1 блюдо	112	Суп с макаронными изделиями и картофелем с курицей	220	12-38	87.94	4.36	5.49	11.3	
	2 блюдо	239	Биточки рыбные	60	24-51	100	6.95	5.86	9.97	
	гарнир	142	Картофельное пюре	150	9-37	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.	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-91	170	2.45	7.55	14.62	
	хлеб черн.									