

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп					День	09.12.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша рисовая рассыпчатая	150	10-12	203	9.7	18.8	4
	гор.напиток	350	Кисель из концентрата	200	10-51	139.51	0.44	0.07	34.28
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2-34	72.8	2.58	0.24	14.21
	гор.блюдо	241	Мясо отварное с соусом	100	35-51	220	8.16	10.72	8.26
		15	Сыр твердый порционный	10	7-02	34	2.32	2.95	0
Завтрак 2	фрукты	338	Киви	103	13-38	66.6	1.1	0.3	8.9
Обед	закуска								
	1 блюдо	83	Борщ с картофелем и сметаной.	210	15-53	83	3.92	4.26	15.4
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему	140	34-56	400.71	14.05	33.71	18.95
	гарнир								
	сладкое	342	Компот из замороженных ягод вишни	200	7-17	116.6	0.32	0.08	28.2
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб пшеничный	30	1-91	136	2.58	0.24	14.21