Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча			Отд./корп				День	12.01.1900
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	14-20	243.75	2.96	2.56	2.44
	гор.напиток	379	Кофейный напиток на сгущёном молоке	200	15-79	100.6	3.16	2.66	15.94
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2-34	72.8	2.58	0.24	14.21
	гор.блюдо	278	Тефтели из мяса птицы	70	26-32	220	12.83	14.8	112.34
Завтрак 2	фрукты	338	Мандарин	156	20-23	143	0.8	0.4	8.1
Обед	закуска								
	1 блюдо	92	Щи из квашеной капусты со сметаной	250	16-68	91.2	1.87	2.26	13.48
	2 блюдо	287	Голубцы ленивые	135	34-00	168	9.79	8.2	16.37
	гарнир								
	сладкое	349	Компот из смеси сухофруктов	200	7-41	132.8	0.66	0	32
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной	30	1-91	136	2.45	7.55	14.62