

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп							День	27.02.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	17.05.2024		
Завтрак	гор.блюдо	223	Запеканка творожная со сгущённым молоком	80	45-81	200	21.92	16.58	Углеводы		
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1-66	40	0.1	0.01	42		
	хлеб								15.28		
	гор.блюдо										
Завтрак 2	фрукты	338	Яблоко	200	18-20	251.6	1.5	0.1	21.8		
		пр	Кондитерское изделие печенье	30	14-57	519	7.2	26.5	63		
Обед											
	1 блюдо	96	Рассольник Ленинградский	200/10/5	16-27	85.8	4.52	6	12.42		
	2 блюдо	229	Рыба тушенная с овощами	63	24-76	98	14.67	10.85	3.45		
	гарнир	312	Пюре картофельное	150	9-89	137.25	3.9	3.9	14.1		
	сладкое	343	Компот из свежих плодов	200	7-16	143.4	0.32	0.08	28.2		
	хлеб бел.										
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной	30	1-91	136	2.55	7.55	14.62		
	фрукты	338	Киви	119	20-24	130.3	1	0.56	10.2		