Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча			Отд./корп				День	06.03.2023
									17.05.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	309	Макароны отварные с маслом	150	7-84	201.9	5.1	7.5	28.5
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1-66	40	0.53	0	9.47
	хлеб	2	Хлеб ржано-пшеничный	40	3-12	136	2.45	7.55	14.62
	гор.блюдо	269	Биточки из мяса птицы	62	30-42	140	8.16	10.72	8.26
		71	Овощи солёные огурец	60	6-67	14.4	0.48	0.03	1.5
Завтрак 2	фрукты								
		15	Сыр порционно	15	10-53	54.6	3.48	4.43	0
		пр	Пирожок с черникой	35	20-00	146	6.5	8.9	17
Обед	закуска								
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	12-60	115.5	3.92	4.26	15.4
	2 блюдо	271	Рыба припущенная	100	27-23	175	6.95	5.86	9.97
	гарнир	312	Картофельное пюре	150	9-89	115.5	3.06	5.52	11.8
	сладкое	342	Компот из свежих плодов	200	7-16	139.51	0.44	0.07	34.28
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано-пшеничный	40	3-12	136	2.45	7.55	14.62
	фрукты	338	Фрукты свежие мандарин	110	20-24	35.5	0.81	0.31	13.34