

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп					День	13.04.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	312	Картофельное пюре	150	9-89	137.25	9.7	18.8	4
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	3-38	61	0.44	0.07	34.28
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2-34	72.8	2.58	0.24	14.21
	гор.блюдо	290	Бедро тушеное	80	27-53	120	8.16	10.72	8.26
		71	Овощи соленые	32	4-70	7.2	0.66	0.12	2.28
			огурец						
Завтрак 2	фрукты	338	Банан	200	32-40	133.2	0.9	0.2	8.1
Обед	закуска								
	1 блюдо	83	Борщ с картофелем и сметаной.	210	16-38	118.6	3.92	4.26	15.4
	2 блюдо	139	Капуста тушеная	150	9-23	115.5	5.1	7.5	28.5
	гарнир	271	Котлета домашняя	60	26-70	120	5.72	8.6	6.2
	сладкое	343	Компот из сухофруктов	180	5-13	130	0.32	0.08	28.2
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2-56	181	2.58	0.24	14.21
		338	Банан	150	20-24	99.9	0.81	0.31	13.34