

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День				24.04.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша рисовая рассыпчатая	150	9-99	203.5	3.6	4.32	37.53
	гор.напиток	350	Кисель из концентратов	200	10-51	139.51	0.44	0.07	34.28
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2-34	72.8	2.37	0.27	17.2
	гор.блюдо	241	Мясо отварное с соусом	100	33-74	200	11.39	19.54	1.76
Завтрак 2	фрукты	338	Апельсин	180	23-66	130.2	0.6	0.4	15.8
Обед	закуска	71	Овощи свежие	27	5-50	19.38	0.82	2.65	1.43
	1 блюдо	82	огурец						
			Борщ с картофелем и сметаной	210	16-38	83	1.44	3.94	8.74
	2 блюдо	268	Котлета домашняя	62	26-70	200	14.55	16.79	2.89
	гарнир	309	Макаронные изделия отварные с маслом	150	7-84	168.4	5.5	4.52	26.44
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-92	136	2.45	7.55	14.62
		338	Апельсин	150	20-24	100.2	0.4	0.2	13.2