

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День					02.05.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	17.05.2024	
Завтрак	гор.блюдо	309	Макароны отварные с маслом	150	7-84	201.9	5.1	7.5	Углеводы 28.5	
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1-66	40	0.53	0	9.47	
	хлеб	1	Хлеб ржано-пшеничный	40	3-12	136	2.45	7.55	14.62	
	гор.блюдо	269	Биточки из мяса птицы с соусом	62	30-42	150	8.16	10.72	8.26	
		71	Овощи свежие огурец	33	7-17	7	0.48	0.03	1.5	
Завтрак 2	фрукты	338	Фрукты свежие апельсин	210	30-03	66.6	0.59	0.96	15.17	
Обед	закуска									
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми	250	10-56	115.5	3.92	4.26	15.4	
	2 блюдо	287	Голубцы тушёные	148	32-87	163	6.95	5.86	9.97	
	гарнир	43	Салат из зелёного горошка	43	8-47	48.4	3.06	5.52	11.8	
	сладкое	350	Компот из сухофруктов	200	5-54	139.51	0.44	0.07	34.28	
	хлеб бел.									
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2-56	136	2.45	7.55	14.62	
	фрукты	338	Фрукты свежие груша	80	17-48	40.4	0.27	0	22.8	
	пр		Кондитерское изделие печенье	10	2-76	516	6.7	25.8	64.6	