

МЕНЮ

| Школа | МОУ-СОШ №5 г. Унеча | | Отд./корп | День | | | | | | 03.05.2023 |
|------------|-------------------------|---|--|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|------------|
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак | гор.блюдо | 174 | Каша рисовая молочная | 200 | 24-18 | 350 | 7.51 | 11.72 | 47.03 | |
| | гор.напиток хлеб | 382 | Какао с молоком | 200 | 13-14 | 118.17 | 4.6 | 3.67 | 17.56 | |
| | | 2 | Хлеб пшеничный | 30 | 2-34 | 72.8 | 2.37 | 0.27 | 17.2 | |
| | | 210 | Яйцо вареное | 40 | 10-05 | 180 | 9.56 | 15.69 | 1.36 | |
| | | 15 | Сыр российский порционно | 15 | 10-53 | 54.6 | 3.48 | 4.43 | 0 | |
| Завтрак 2 | 18 | Кондитерское изделие пирожок с черникой | 50 | 20-00 | 134.8 | 2.26 | 0.38 | 15.75 | | |
| Обед | закуска | 82 | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 250 | 17-16 | 83 | 1.46 | 3.94 | 9.4 | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | 291 | Плов из мяса птицы | 143 | 33-85 | 400 | 23.38 | 21.4 | 44.6 | |
| | гарнир сладкое | 342 | Напиток из свежих плодов | 200 | 6-43 | 94.2 | 0.04 | 0 | 24.76 | |
| | хлеб бел. хлеб черн. | 1 | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2-56 | 136 | 2.37 | 0.27 | 17.2 | |
| | 338 | Фрукты свежие апельсин | 160 | 20-24 | 51 | 0.56 | 0.54 | 13.7 | | |