

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День					12.05.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	12-31	243.75	2.96	2.56	2.44	
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1-70	40	3.16	2.66	15.94	
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2-34	72.8	2.58	0.24	14.21	
	гор.блюдо	278	Тефтели из мяса птицы с соусом	80	34-89	230	13.8	9.18	2.85	
Завтрак 2	Фрукты	338	Фрукты свежие (апельсин)	200	29-00	188	0.48	0.03	1.5	
Обед	закуска									
	1 блюдо	97	Суп картофельный на курином бульоне с курицей	220	11-74	91.2	2.95	4.95	7.9	
	2 блюдо	304	Рис отварной рассыпчатый	150	9-99	179	12.81	11.88	15.2	
	гарнир	71	Овощи свежие (огурец)	64	10-86	84	0.82	5.65	1.43	
	сладкое	349	Компот из сухофруктов	200	5-54	132.8	0.44	0.07	34.28	
		Пр		Колбаски рубленные	50	19-95	152	13.8	9.18	2.85
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,92	136	0.95	2.85	36.12	
		пр		Сок фруктовый	200	21-39	125.8	10	0	20.2

