

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп				День	23.05.2023	
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	175	Каша молочная из риса и пшена	250	26-18	80.8	0.05	8.25	0.13
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	13-14	118.6	4.6	3.67	17.56
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2-34	72.8	2.58	0.24	14.21
	Фрукты	пр	Яйцо отварное	1 шт	10-05	371.53	13.8	9.18	2.85
		пр	Булочка с корицей	50	18-00	134.8	3.5	1.2	27.5
Завтрак 2		15	Сыр твердый порционный	15	10-53	40	2.32	2.95	0
Обед		71	Овощи свежие (огурец)	23	4-08	2.5	0.48	0.03	1.5
	1 блюдо	82	Борщ с капусты и картофелем	220	18-06	73	1.46	3.94	9.4
	2 блюдо	291	Плов из мяса птицы	200	28-14	200	23.38	21.4	44.6
	гарнир	342	Компот из свежих плодов	200	7-16	94.2	0.32	0.08	28.2
	сладкое	1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2-56	136	2.45	7.55	14.62
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								
		338	Фрукты свежие (апельсин)	70	10-96	44.4	0.48	0.03	1.5
		пр	Печенье сдобное	28	9-28	134.8	3.5	1.2	27.5

