

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп					День	05.09.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша рисовая молочная с сахаром	200	21,39	350	7.51	11.72	47.03
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	13,16	125.1	4.6	3.67	17.56
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	20	1,56	72	2.58	0.24	14.21
		209	Яйцо варёное	40	9,45	62.84	7.8	7.2	0.42
Завтрак 2	фрукты	338	Нектарин	155	34,68	66	1.6	0.32	8.85
Обед	закуска	71	Овощи свежие порционно(помидор)						
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	23,20	83	1.46	3.94	9.4
	2 блюдо	291	Плов из мяса птицы	150	21,64	430	23.38	21.4	44.6
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	136	1.68	0.6	14.82