

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп					День	30.01.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	309	Макарон отварной с маслом	150	8,50	218	29.72	20.2	51.24
	гор.напиток	377	Чай с сахаром	200	1,56	100.6	0.53	0	9.47
	хлеб	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,34	71.52	2.58	0.24	14.21
	гор.блюдо	295	Биточки из мяса птицы	60	30,58	240	28	13	8
Завтрак 2	фрукты	34	Кекс школьный	30	6,00	125	1.1	6.3	16
		338	Мандарин	100	20,80	68	1	0.3	10
		338	Груша	30	10,46				
Обед	закуска								
	1 блюдо	102	Суп картофельный с бобовыми и курицей	250	13,50	83	1.46	3.94	9.4
	2 блюдо гарнир	214	Гуляш	68	33,80	160			
		312	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,16	115	2.96	2.56	2.44
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано - пшеничный	20	1,14	68	2	1	15
		350	Кисель из концентратов	200	10,40	97	0	0	25
		338	Мандарин	90	19,08	60	1	0.2	9