

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп						День	19.03.2024
Прием пищи Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
	гор.блюдо	302	Каша рисовая рассыпчатая	150	12,43	180	3.72	11.49	20.88	
	гор.напиток	359	Кисель фруктово-ягодный	200	10,40	140	0.16	0.6	11	
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2,34	72	1.5	27.5	10.28	
Завтрак 2		290	Голень на пару	80	40,46	117	25	1.6	0.5	
	фрукты	338	Мандарин	87	14,61	46	0.7	0.3	10	
							2.12	0.64	17.8	
Обед	закуска									
	1 блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	250	23,50	83	7.5	3.5	17.25	
	2 блюдо	259	Жаркое по домашняя	137	38,04	112.3	3.67	3.01	1.76	
	гарнир									
	сладкое									
	хлеб бел.	2	Хлеб ржаной	15	0,96	46	2	1	15	
	хлеб черн.	343	Компот из смеси свежих плодов	200	7,50	120	0.2	0.2	30	
		338	Мадарин	60	10,24	31.8	0.5	0.2	6.9	