

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп						День	16.09.2021
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	171	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,90	76.2	2.96	2.56	2.44	
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,47	52.88	0.06	5.81	0.11	
	хлеб	пр	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.80	71.52	2.58	0.24	14.21	
	гор.блюдо	278	Тефтели из мяса птицы	90	23,58	142	12.83	14.8	112	
Завтрак 2	фрукты	338	Груша	150	23,4	70	0.6	0.4	15.3	
Обед	закуска									
	1 блюдо	97	Суп картофельный на курином бульоне	250	13,65	100.04	2.35	2.8	16.78	
	2 блюдо	288	Птица оварная	30	13,69	248.2	26	16	11.76	
	гарнир	304	Рис отварной рассыпчатый	150	8,96	202.5	5.1	7.5	11.76	
	сладкое									
	хлеб бел.									
	хлеб черн.	пр	Хлеб ржаной	30	1.50	46	2	1	15	