

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп						День	19.11.2021
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	171	Каша гречневая	150	10,34	112.3	3.67	3.01	1.76	
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	3,02	40	0.53	0	9.47	
	хлеб	пр	Хлеб пшеничный	30	2,06	71.52	2.58	0.24	14.21	
	гор.блюдо	255	Печень говяжья по-строгановски	60	36,46	162	8.16	10.72	8.26	
Завтрак 2	фрукты	338	Мандарин	100	11,70	33	0.8	0.2	7	
Обед	закуска	71	Огурец свежий	64	7,58					
	1 блюдо	113	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	250	16,31	115.5	3.6	5.52	11.8	
	2 блюдо	288	Птица отварная	30	13,69	163	10.65	11.7	0.19	
	гарнир	304	Рис отварной	150	8,87	202.5	2.38	0.21	28.59	
	сладкое									
	хлеб бел.									
	хлеб черн.	пр	Хлеб ржаной	30	1.65	46	2	1	15	