

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День				21.12.2021
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,28	243.75	2.96	2.56	2.44
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,97	40	0.06	5.81	0.11
	хлеб	пр	Хлеб пшеничный	30	2,06	72.8	2.58	0.24	14.21
	гор.блюдо	278	Тефтели из мяса птицы	90	25,64	237	12.83	14.8	112
Завтрак 2	фрукты	338	Киви	130	18,59	73.8	1.1	0.63	12.2
Обед	закуска								
	1 блюдо	97	Суп картофельный на курином бульоне	220	13,65	91.2	2.35	2.8	16.78
	2 блюдо	288	Птица оварная	40	15,36	71.5	26	16	11.76
	гарнир	304	Рис отварной рассыпчатый	150	9,10	202.5	5.1	7.5	11.76
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	пр	Хлеб ржаной	30	1.65	136	2	1	15