

МЕНЮ

| Школа | МОУ-СОШ №5 г. Унеча | | Отд./корп | | День | | | | | 26.01.2022 |
|------------|---------------------|--------|---------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|------------|
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак | гор.блюдо | 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 11,28 | 203.5 | 2.96 | 2.56 | 2.44 | |
| | гор.напиток | 377 | Чай с лимоном | 200 | 3,02 | 61 | 0.06 | 5.81 | 0.11 | |
| | хлеб | пр | Хлеб пшеничный | 30 | 2,06 | 72.8 | 2.58 | 0.24 | 14.21 | |
| | гор.блюдо | 255 | Печень по-строгоновски | 80 | 36,46 | 142 | 12.83 | 14.8 | 112 | |
| Завтрак 2 | фрукты | 338 | Киви | 133 | 17,14 | 36.13 | 0.6 | 0.4 | 15.3 | |
| Обед | закуска | | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 113 | Суп-лапша домашняя на курином бульоне | 250 | 17,56 | 94.6 | 2.35 | 2.8 | 16.78 | |
| | 2 блюдо | 288 | Птица отварная | 30 | 13,85 | 130 | 26 | 16 | 11.76 | |
| | гарнир | 302 | Каша перловая рассыпчатая | 150 | 6,45 | 243.75 | 5.1 | 7.5 | 11.76 | |
| | сладкое | | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | пр | Хлеб ржаной | 30 | 1,65 | 46 | 2 | 1 | 15 | |