

МЕНЮ

| Школа | МОУ-СОШ №5 г. Унеча | | Отд./корп | День | | | | | | 27.01.2022 |
|------------|---------------------|--------|-----------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|----------|------------|
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак | гор.блюдо | 204 | Макароны запеченные с сыром | 150 | 17,50 | 218 | 29.72 | 20.2 | 51.24 | |
| | гор.напиток | 379 | Кофейный напиток | 200 | 10,42 | 100.6 | 0.53 | 0 | 9.47 | |
| | хлеб гор.блюдо | 2 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,06 | 72.8 | 1.5 | 0.56 | 10.28 | |
| Завтрак 2 | фрукты | 338 | Яблоко | 210 | 17,75 | 68.26 | 0.6 | 0.4 | 15.8 | |
| Обед | закуска | | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 92 | Щи из свежей капусты | 250 | 18,05 | 104.6 | 4.36 | 5.49 | 11.3 | |
| | 2 блюдо | 227 | Рыба припущеная | 80 | 15,58 | 84 | 5.75 | 12.7 | 0.7 | |
| | гарнир | 312 | Картофельной пюре | 150 | 12,75 | 115 | 33.35 | 36.65 | 29.4 | |
| | сладкое | | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | 1 | Хлеб ржаной | 30 | 1,65 | 80 | 2 | 1 | 15 | |