

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День					18.03.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,49	203.5	2.96	2.56	2.44	
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	3,62	61	0.06	5.81	0.11	
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2,06	72.8	2.58	0.24	14.21	
	гор.блюдо	255	Печень по-строгоновски	90	33,90	142	12.83	14.8	112	
Завтрак 2	фрукты	338	Мандарин	128	17,44	36.13	0.6	0.4	15.3	
Обед	закуска									
	1 блюдо	113	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	200	17,56	94.6	2.35	2.8	16.78	
	2 блюдо	288	Птица отварная	43	17,26	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.	1	Хлеб ржаной	30	1,65	46	2	1	15	