

|            |                     |        |                                            |          |       |              |       |       |            |
|------------|---------------------|--------|--------------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|------------|
| Школа      | МОУ-СОШ №5 г. Унеча |        | Отд./корп                                  |          |       |              |       | День  | 18.05.2022 |
| Прием пищи | Раздел              | № рец. | Блюдо                                      | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | 16.05.2024 |
| Завтрак    | гор.блюдо           | 223    | Запеканка твороженная со сгущённым молоком | 60       | 31,36 | 330          | 9.7   | 18.8  | Углеводы 4 |
|            | гор.напиток         | 382    | Какао с молоком                            | 200      | 15,33 | 118.6        | 0.44  | 0.07  | 34.28      |
|            | хлеб                |        |                                            |          |       |              |       |       |            |
|            | гор.блюдо           |        |                                            |          |       |              |       |       |            |
| Завтрак 2  | фрукты              | 338    | Яблоко                                     | 156      | 23,27 | 80           | 1     | 0.32  | 16.4       |
| Обед       | закуска             |        |                                            |          |       |              |       |       |            |
|            | 1 блюдо             | 96     | Рассольник                                 | 210      | 18,49 | 85.8         | 4.52  | 6     | 12.42      |
|            | 2 блюдо             | 229    | лененградский Рыба                         | 30       | 19,59 | 50.1         | 14.67 | 10.85 | 3.45       |
|            |                     |        | припущенная с овощами                      |          |       |              |       |       |            |
|            | гарнир              | 312    | Пюре                                       | 150      | 14,42 | 137.25       | 4.2   | 4.2   | 14.7       |
|            |                     |        | картофельное                               |          |       |              |       |       |            |
|            | сладкое             |        |                                            |          |       |              |       |       |            |
|            | хлеб бел.           |        |                                            |          |       |              |       |       |            |
|            | хлеб черн.          | 1      | Хлеб ржаной                                | 15       | 0,97  | 136          | 2.58  | 0.24  | 14.21      |