

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День				18.10.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	14-26	101.7	2.96	2.56	2.44
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1-87	40	0.06	5.81	0.11
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2-34	72.8	2.58	0.24	14.21
	гор.блюдо	251	Поджарка с соусом	80	30-65	130	13.08	9.18	2.85
Завтрак 2	фрукты	338	Яблоко	200	19-50	141-76	0.4	0.4	9.8
Обед	закуска								
	1 блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	14-26	101.7	2.35	2.8	16.78
	2 блюдо	251	Поджарка с соусом	80	30-65	130	13.08	9.18	2.85
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	2	Хлеб пшеничный	30	2-34	72.8	2.45	7.55	15