Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча			Отд./корп				День	01.12.2022
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	243	Макаронные изделия отварные	150	7-84	168.4	3.67	3.01	1.76
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	12-55	118.6	4.6	3.44	20.92
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	2-34	55.5	2.51	0.34	17.72
		15	Сыр порционно	10	7-02	36	2.32	2.95	0.13
	гор.блюдо	260	Сосиска молочная отварная	60	24-65	150	5.72	8.6	6.2
		71	Овощи свежие (помидор)	63	8-88	15.5	0.66	0.12	2.28
Завтрак 2	фрукты	338	Киви	120	15-60	88.8	1.1	1	15.2
Обед	закуска								
	1 блюдо		Лапша с дом.курицей	210	11-16	93.6	16.2	4	10.74
	2 блюдо	265	Плов	150	34-27	409	12.56	28.17	25.89
	гарнир	71	Овощи свежие или соленые (огурец)	20	2-15	4.2	0.22	0.03	0.69
	сладкое	350	Кисель из концентрата	200	10-51	117	1	0	23.46
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной	30	1,91	87	1.68	0.6	14.82