

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День					11.01.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	14-20	101.7	2.96	2.56	2.44	
	гор.напиток	379	Кофейный напиток на молоке	200	12-89	100.6	3.16	2.66	15.94	
	хлеб	2	Хлеб крестьянский	40	3-34	72.8	2.58	0.24	14.21	
	гор.блюдо	251	Поджарка с соусом	60	35-47	150	13.8	9.18	2.85	
Завтрак 2	Фрукты	338	Яблоко	200	7-80	141.76	0.48	0.03	1.5	
		Пр	Кондитерское изделие порционно	20	6-18	70.88	5	0.38	15.75	
Обед	закуска	71	Овощи солёные (огурец)	29	7-00	4.2	0.48	0.06	1.56	
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	16-68	89.75	2.95	4.95	7.9	
	2 блюдо гарнир	289	Рагу из птицы	175	32-75	221	12.81	11.88	15.2	
	сладкое	376	Чай с сахаром	200	1-66	40	0.53	0	9.47	
	хлеб бел. хлеб черн.	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-91	130	2.45	7.55	14.62	

