МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп	День						09.02.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	171	Каша рассыпчатая перловая	150	6-30	220	4.64	7.79	32.91	
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	3-38	61	0.1	0.01	15.28	
		1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2-34	136	1.5	27.5	10.28	
		260	Гуляш	105	34-42	175.8	9.4	15	0.8	
		15	Сыр твердый порционный	15	11-33	36	3.48	4.43	0	
Завтрак 2	фрукты	338	Мандарин	160	23-27	73.5	0.4	0.3	10.3	
Обед	закуска	115	Суп картофельный с крупой на курином бульоне	210	12-25	41	0.46	3.84	1.38	
	1 блюдо									
	2 блюдо гарнир	288	Птица отварная	80	24-07	143	11.83	10	2.31	
		142	Овощи тушеные	150	8-42	214.5	2.65	16.48	12.9	
	сладкое	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,91	43.5	3.26	7.55	14.62	
	хлеб бел.									
	хлеб черн.									
	43	Салат с капустой	60	5-94	51.54	0.48	0.06	1.56		
	349	Компот из сухофруктов	200	7-41	132.8	0.66	0	32		