Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча			Отд./корп				День	09.03.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша рисовая молочная	200	21-08	400	7.51	11.72	47.03
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	12-53	118.6	4.6	3.67	17.56
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	40	3-12	72.8	2.37	0.27	17.2
		211	Омлет с сыром	60	18-74	160	9.56	15.69	1.36
		15	Сыр российский порционно	10	6-83	50.5	3.48	4.43	0
Завтрак 2	фрукты	338	Яблоко	197	17-90	138	2.26	0.38	15.75
Обед	закуска								
	1 блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем	250	17-18	83	1.46	3.94	9.4
	2 блюдо	291	Плов из мяса птицы	150	33-10	400	23.38	21.4	44.6
	гарнир								
	сладкое	342	Напиток из свежих плодов	200	7-16	94.2	0.04	0	24.76
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржаной	30	1-91	130	2.37	0.27	17.2
		338	Мандарин	96	14-75	68.88	0.81	0.31	13.34
		Пр	Кондитерское изделие печенье	30	5-49	75	6.7	9.8	23.4