

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп				День		22.03.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	12-47	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 пшеничный	40	3-12	72.8	2.58	0.24	14.21
	гор.блюдо	251	Поджарка	60	32-77	140	13.8	9.18	2.85
Завтрак 2	Фрукты	338	Фрукты свежие (яблоко)	210	18-99	141.76	0.48	0.03	1.5
Обед	закуска								
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	251	16-68	89.75	2.95	4.95	7.9
	2 блюдо	289	Рагу из птицы	175	27-39	221	12.81	11.88	15.2
	гарнир	71	овощи соленные (помидор)	65	6,85	40.38	0.82	5.65	1.43
	сладкое	342	Компот из свежих плодов	200	7-16	139.51	0.44	0.07	34.28
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,92	136	0.95	2.85	36.12

