

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День					05.04.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	12-31	101.7	2.96	2.56	2.44	
	гор.напиток	379	Кофейный напиток на молоке	200	13-70	100.6	3.16	2.66	15.94	
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2-34	72.8	2.58	0.24	14.21	
	гор.блюдо	251	Поджарка с соусом	70	34-34	371.53	13.8	9.18	2.85	
	Фрукты	338	Фрукты свежие (киви)	100	17-55	70.88	0.48	0.03	1.5	
Завтрак 2										
Обед	закуска									
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты со сметаной	250	14-88	130.23	2.95	4.95	7.9	
	2 блюдо	289	Пельмени отварные	100	30-88	200	3.2	6.5	17.4	
	гарнир	342	Компот из свежих плодов	200	7-16	139.51	0.32	0.08	28.2	
	сладкое	1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2-56	46.76	2.58	0.24	14.21	
	хлеб бел.									
	хлеб черн.									
			Фрукты свежие (киви)	100	17-55	70.88	0.48	0.03	1.5	
			Кондитерское изделие (печенье)	20	2-69	35	2.4	2.3	15	

