

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп	День						07.04.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша рисовая рассыпчатая	150	10-22	203.5	9.7	18.8	4	
	гор.напиток	350	Кисель из концентрата	200	10-51	139.51	0.44	0.07	34.28	
	хлеб гор.блюдо	2 241	Хлеб пшеничный Мясо отварное с соусом	30 70	2-34 33-74	72.8 200	2.58 8.16	0.24 10.72	14.21 8.26	
Завтрак 2	фрукты	338	Апельсин	143	23-43	90.9	0.9	0.2	8.1	
Обед	закуска									
	1 блюдо	83	Борщ с картофелем и сметаной.	210	16-38	83	3.92	4.26	15.4	
	2 блюдо	259	Макароны отварные с маслом	150	7-84	201.9	5.1	7.5	28.5	
	гарнир	271	Котлета домашняя	60	26-70	120	5.72	8.6	6.2	
	сладкое	343	Компот из свежих плодов	200	7-16	143.4	0.32	0.08	28.2	
	хлеб бел. хлеб черн.	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-92	136	2.58	0.24	14.21	
	338	Банан	30	7-63	37	0.81	0.31	13.34		
	Пр	Кондитерское изделие печенье	28	12-61	519	7.2	63	26.5		