

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп	День						27.04.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	312	Картофельное пюре	150	9-89	137.25	9.7	18.8	4	
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	3-38	61	0.44	0.07	34.28	
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2-34	72.8	2.58	0.24	14.21	
	гор.блюдо	290	Бедро тушеное	80	28-90	120	8.16	10.72	8.26	
Завтрак 2	фрукты	338	Груша	170	35-73	133.2	0.9	0.2	8.1	
Обед	закуска									
	1 блюдо	83	Борщ с картофелем и сметаной.	210	14-35	118.6	3.92	4.26	15.4	
	2 блюдо	139	Капуста тушеная	150	9-23	115.5	5.1	7.5	28.5	
	гарнир	271	Котлета домашняя	60	26-70	110	5.72	8.6	6.2	
	сладкое	343	Напиток из свежих плодов	200	7-16	143.4	0.32	0.08	28.2	
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2-56	181	2.58	0.24	14.21	
		338	Банан	50	9-91	47	0.81	0.31	13.34	
	пр		Кондитерское изделие (печенье)	42	10-33	413	7.2	29.3	68.9	