| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Школа | МОУ-СОШ №5 г. Унеча | | | Отд./корп | | | | День | 12.05.2023 |
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Завтрак | гор.блюдо | 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 12-31 | 243.75 | 2.96 | 2.56 | 2.44 |
| | гор.напиток | 376 | Чай с сахаром | 200 | 1-70 | 40 | 3.16 | 2.66 | 15.94 |
| | хлеб | 2 | Хлеб пшеничный | 30 | 2-34 | 72.8 | 2.58 | 0.24 | 14.21 |
| | гор.блюдо | 278 | Тефтели из мяса птицы с соусом | 80 | 34-89 | 230 | 13.8 | 9.18 | 2.85 |
| Завтрак 2 | Фрукты | 338 | Фрукты свежие (апельсин) | 200 | 29-00 | 188 | 0.48 | 0.03 | 1.5 |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 97 | Суп картофельный на курином бульоне с курицей | 220 | 11-74 | 91.2 | 2.95 | 4.95 | 7.9 |
| | 2 блюдо | 304 | Рис отварной рассыпчатый | 150 | 9-99 | 179 | 12.81 | 11.88 | 15.2 |
| | гарнир | 71 | Овощи свежие (огурец) | 64 | 10-86 | 84 | 0.82 | 5.65 | 1.43 |
| | сладкое | 349 | Компот из сухофруктов | 200 | 5-54 | 132.8 | 0.44 | 0.07 | 34.28 |
| | | Пр | Колбаски рубленые | 50 | 19-95 | 152 | 13.8 | 9.18 | 2.85 |
| | хлеб черн. | 1 | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1,92 | 136 | 0.95 | 2.85 | 36.12 |
| | | пр | Сок фруктовый | 200 | 21-39 | 125.8 | 10 | 0 | 20.2 |