

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День				22.05.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	171	Каша перловая рассыпчатая	150	6-33	168.4	5.5	4.52	26.44
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	3-45	61	0.1	0.01	15.28
	хлеб	2	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-34	136	2.45	7.55	14.62
		260	Гуляш с соусом	100	35-24	221	14.55	16.79	2.89
		15	Сыр твёрдый порционный	10	7-02	36	2.32	2.95	0
Завтрак 2		пр	Кондитерское изделие печенье	32	17-71	130	3.5	1.2	27.5
		338	Апельсин	22	8-15	15	0.94	0.12	11.75
Обед	закуска								
	1 блюдо	115	Суп картофельный с крупой	210	12-25	41	1.62	4	10.74
	2 блюдо	288	Птица отварная	100	28-20	148	11.83	10	2.31
	гарнир	142	Овощи тушеные	150	12-09	214.5	2.65	16.48	12.9
	сладкое	349	Компот из сухофруктов	200	5-54	132.8	0.66	0	32
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	1-92	178	2.45	7.55	14.62
		338	Апельсин	130	20-24	53	3.5	1.2	27.5