

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп	День						08.09.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша рисовая рассыпчатая	150	10,27	203	9.7	18.8	4	
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	3,77	139.51	0.44	0.07	34.28	
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2,34	77	2.58	0.24	14.21	
	гор.блюдо	290	Голень куриная на пару	80	38,75	200	8.16	10.72	8.26	
Завтрак 2	фрукты	338	Яблоко	195	21,99	110	0.52	0.34	28	
Обед	закуска									
	1 блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	250	23,20	83	4.52	6	12.42	
	2 блюдо	259	Жакрое по домашнему	140	37,31	218	33.35	36.6	4.53	
	гарнир									
	сладкое									
	хлеб бел.									
	хлеб черн.	1	Хлеб пшеничный	30	1,92	68	2.58	0.24	14.21	