

МЕНЮ

| Школа | МОУ-СОШ №5 г. Унеча | | Отд./корп | | День | | | | | 15.09.2023 |
|------------|---------------------|--------|----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|------------|
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак | гор.блюдо | 302 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 10,27 | 243.75 | 2.96 | 2.56 | 2.44 | |
| | гор.напиток | 379 | Чай с лимоном | 200 | 3,77 | 100 | 0.06 | 5.81 | 0.11 | |
| | хлеб | 1 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,56 | 72.8 | 2.58 | 0.24 | 14.21 | |
| | гор.блюдо | 250 | Бестрогонов | 80 | 47,70 | 237 | 12.83 | 14.8 | 112 | |
| Завтрак 2 | фрукты | 338 | Нектарин | 70 | 10,99 | 66 | 1.1 | 0.63 | 12.2 | |
| Обед | закуска | | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | 102 | Суп гороховый с курицей | 220 | 14,95 | 115.5 | 2.35 | 2.8 | 16.78 | |
| | 2 блюдо | 267 | Филе птицы на пару | 60 | 33,74 | 71.5 | 26 | 16 | 11.76 | |
| | гарнир | 309 | Макарон отварной с маслом | 150 | 7,05 | 202.5 | 5.1 | 7.5 | 11.76 | |
| | сладкое | | | | | | | | | |
| хлеб бел. | | | | | | | | | | |
| хлеб черн. | 1 | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,56 | 136 | 2 | 1 | 15 | |