

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День				03.10.2023
Прием пищи Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гор.блюдо	142	Картофель и овощи тушеные с курицей	200	30,51	143	3.72	11.49	20.88
	гор.напиток	350	Чай с лимоном	200	3,77	117	0.16	0.6	38
	хлеб	1	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,12	72	1.5	27.5	10.28
Завтрак 2	фрукты	338	Яблоко	320	37,77	68	0.8	0.8	18.4
Обед	закуска								
	1 блюдо	87	Щи из свежей капусты со сметаной	250	21,20	173	7.5	3.5	17.25
	2 блюдо	251	Поджарка	65	29,33	261.6	25.5	16.5	5.7
	гарнир	302	Каша рисовая рассыпчатая	150	11,86	203.5	3.67	5.42	36.67
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано - пшеничный	30	1,92	43.5	3.3	0.6	16.7