МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча			Отд./корп				День	08.11.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша перловая рассыпчатая	150	6,77	101.7	9.7	18.8	4
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,85	40	3.16	2.66	15.94
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2,34	73	2.58	0.24	14.21
	гор.блюдо	251	Поджарка с соусом	60	49,43	140	13.5	9.64	8.36
Завтрак 2	фрукты	338	Мандарин	110	17,16	40	0.8	0.2	7.5
Обед	закуска								
	1 блюдо	88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	21,20	89.75	2.95	6.81	14.32
	2 блюдо	312	Картофельное пюре	150	9,75	221	14.67	10.85	3.45
	гарнир	232	Рыба запеченая с овощами	70	28,28	230	17	12	6
	сладкое								
	хлеб бел.	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,92	46.76	2.58	0.24	14.21
	хлеб черн.								