

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День					28.11.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	8,28	201	3.72	11.49	20.88	
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	3,77	40	0.16	0.6	7	
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	20	1,56	87	1.5	27.5	10.28	
	гор.блюдо	241	Мясо отварное	50	53,52	162	9	10.5	8.66	
Завтрак 2	фрукты	338	Мандарин	70	13,11	70	8	3	4	
Обед	закуска	71	Помидор	30	7,04	8	1	0.1	1.2	
	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронами и курицей	250	17,34	93	0.81	2.06	5.37	
	2 блюдо	268	Катлета домашняя	65	29,16	160	9.82	8.23	16.45	
	гарнир	143	Овощное рагу	150	8,85	180	9.82	12	23	
	сладкое									
	хлеб бел.	1	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,92	70	3.3	0.6	16.7	
	хлеб черн.	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,69	130	0.8	0.2	32	