

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп						День	01.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо		Омлет	80	27,56	120	2.96	2.56	2.44	
	гор.напиток	376	Какао с молоком	200	13,16	61	0.06	5.81	0.11	
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	20	1,56	72.8	2.58	0.24	14.21	
		15	Сыр порционно	15	6,08	70	5	6	0.1	
		75	Огурец	30	7,22	5	0.1	0	0.1	
Завтрак 2	фрукты	338	Банан	130	24,66	106	1.6	0.6	23	
Обед	закуска									
	1 блюдо	101	Суп картофельный с рисом	220	19,57	94.6	2.35	2.8	16.78	
	2 блюдо	220	Котлета домашняя	65	29,11	130	26	16	11.76	
	гарнир	304	Рис отварной	150	11,83	243.75	5.1	7.5	11.76	
	сладкое									
	хлеб бел.	342	Компот из яблок	200	200	50	0	0	12	
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано- пшеничный	30	1,92	46	2	1	15	