

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День					19.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	203	Макаронные изделия отварные с маслом	150	8,50	201	3.72	11.49	20.88	
	гор.напиток	377	Чай с лимоном	200	3,77	40	0.16	0.6		
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	2,34	87	1.5	27.5	10.28	
	гор.блюдо	269	Мясо отварное	50	52,29	162	9	10.5	8.66	
Завтрак 2	фрукты	338	Яблоко	100	10,19	70	8	3	4	
		338	Груша	10	3,15					
Обед	закуска									
	1 блюдо	103	Суп картофельный с макаронами и курицей	250	17,34	93	0.81	2.06	5.37	
	2 блюдо	268	Катлета домашняя	80	36,08	160	9.82	8.23	16.45	
	гарнир	143	Овощное рагу	150	8,85	180	9.82	12	23	
	сладкое	пр	Печенье топленое	25	5,36	100	2	1.8	11	
	хлеб бел.									
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	70	3.3	0.6	16.7	
		349	Компот из сухофруктов	200	5,17	120	1	0.01	13	
		338	Груша	30	8,34					