

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День					20.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша рисовая рассыпчатая	150	11,83	203	9.7	18.8	4	
	гор.напиток	290	Кисель плодово-ягодный	200	10,40	139.51	0.44	0.07	34.28	
	хлеб гор.блюдо	2 290	Хлеб пшеничный Голень куриная на пару	15 80	1,17 42,14	77 159	2.58 9	0.24 6	14.21 4	
Завтрак 2	фрукты	338	Киви	80	14,70	79	0.52	0.34	28	
Обед	закуска									
	1 блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	250	23,20	83	4.52	6	12.42	
	2 блюдо	259	Жаркое домашнему	135	37,31	370	33.35	36.6	4.53	
	гарнир сладкое	пр	Йогурт сливочный	100	20,60	120	3.2	10	4.1	
	хлеб бел. хлеб черн.	1 343	Хлеб ржаной Компот из свежих плодов	30 200	1,92 7,57	68 120	2.58 0.2	0.24 0.2	14.21 30	