

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп							День	22.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо		Омлет	70	27,20	120	2.96	2.56	2.44		
	гор.напиток	376	Какао с молоком	200	13,16	125	1	0.6	18.25		
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	20	1,56	72.8	2.58	0.24	14.21		
		15	Сыр порционнo	15	9,98	60	4	5	0.1		
		пр	Йогурт сливочный	120	28,34	125	3	2	13		
Завтрак 2	фрукты										
Обед	закуска										
	1 блюдо	101	Суп кормофельный с рисом	220	19,57	94.6	2.35	2.8	16.78		
	2 блюдо	220	Котлета домашняя	60	26,68	130	26	16	11.76		
	гарнир	304	Рис отварной	150	11,83	243.75	5.1	7.5	11.76		
	сладкое	пр	Чокопай	28	10,24	135	1.4	5	0		
	хлеб бел.		Хлеб ржано- пшеничный	30	1,92	46	2	1	15		
	хлеб черн.	1	Компот из свежих плодов	200	10	96	0.2	0.2	22		