

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп						День	18.01.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	211	Омлет	63	24,66	218	29.72	20.2	51.24	
	гор.напиток	376	Какао	200	15,96	100.6	0.53	0	9.47	
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2,34	72.8	1.5	0.56	10.28	
		пр	Йогурт фруктовый	120	27,30	80	4	1.6	10	
Завтрак 2	фрукты									
Обед	закуска									
	1 блюдо	101	Суп	200	19,57	180	8	6	22	
			картофельный с							
			рисом и курицей							
	2 блюдо	291	Катлета домашняя	62	28,51	148	12	10	1	
	гарнир	304	Рис отварной	150	12,43	169	3.5	0.4	39	
		рассыпчатый								
	сладкое									
	хлеб бел.									
	хлеб черн.	1	Хлебс ржано-пшеничный	30	1,92	70	2	0.4	14	
		342	Компот из свежих	200	7,57	48	0	0	12	
			яблок							