

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп					День	11.03.2024
Прием пищи Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	гор.блюдо	182	Каша пшенная молочная	200	21,99	80	5.66	6.8	33.6
	гор.напиток	379	Кофейный напиток	200	13,08	100.6	3.16	2.66	15.94
	хлеб	2	Хлеб пшеничный	30	2,34	71.52	2.58	0.24	14.21
		209	Яйцо вареное	40	15,15	66	5	4.7	0.4
Завтрак 2		15	Сыр порционно	11	9,14	30	3.4	1.8	0
	фрукты	338	Яблоко	165	16	60	0.52	0.17	26
Обед	закуска								
	1 блюдо	98	Суп крестьянский с крупой	250	20,82	87.94	2.5	5.4	16.5
	2 блюдо	271	Катлета рыбная	70	32,65	132	7.66	6.85	9.97
	гарнир	312	Картофельное пюре	150	9,44	101.6	2.79	2.83	16.37
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	1	Хлеб ржано - пшеничный	30	1,92	46	2	1	15
		344	Компот из свежих плодов	200	5,17	120	0.1	0.1	30
		пр	Йогурт сливочный	100	17,81	46	0.26	0.17	12