

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп		День				13.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	174	Каша рисовая мол с сахаром	200	23,25	146.6	3.67	3.01	1.76
	гор.напиток	312	Какао с молоком	200	16,16	125	0.1	0.01	15.28
	хлеб	1	Хлеб пшеничный	30	2,34	70	3.04	0.32	19.68
	гор.блюдо	209	Яйцо отварное	40	14,70	62.84	15.2	16.79	2.89
Завтрак 2	фрукты	338	Банан	148	23,79	142	2.2	0.7	31
Обед	закуска	71	Огурец	33	8,63	4	0.1	0	0.3
	1 блюдо	82	Борщ	200/20/5	23,20	83	3.3	4	6.82
			кормотфельный со сметаной						
	2 блюдо	291	Плов из мяса птицы	150	29,07	471	3.76	9.54	26.46
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.	1	Хлеб ржаной	40	2,56	87	1.68	0.6	14.82
	хлеб черн.	342	Напиток из свежих плодов	200	6,54				
		338	Банан	145	23,26	139	2.2	0.7	30