

|            |                     |        |                             |          |       |              |       |       |            |
|------------|---------------------|--------|-----------------------------|----------|-------|--------------|-------|-------|------------|
| Школа      | МОУ-СОШ №5 г. Унеча |        | Отд./корп                   |          | День  |              |       |       | 01.04.2024 |
| Прием пищи | Раздел              | № рец. | Блюдо                       | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы   |
| Завтрак    | гор.блюдо           | 204    | Макароны запеченные с сыром | 150      | 24,39 | 180          | 3.72  | 11.49 | 20.88      |
|            | гор.напиток         | 376    | Чай с сахаром               | 200      | 1,78  | 111.36       | 0.16  | 0.6   |            |
|            | хлеб                | 2      | Хлеб пшеничный              | 45       | 3,78  | 52.4         | 1.5   | 27.5  | 10.28      |
|            |                     | 209    | Яйцо вареное                | 40       | 14,25 | 62           | 5.08  | 4.6   | 0.28       |
|            |                     | 43     | Салат с горошком            | 100      | 21,31 | 70           | 1     | 0.1   | 7          |
| Завтрак 2  | фрукты              | 338    | Яблоко                      | 150      | 14,63 | 88           | 2.12  | 0.64  | 17         |
| Обед       | закуска             |        |                             |          |       |              |       |       |            |
|            | 1 блюдо             | 113    | Суп -лапша с курицей        | 250      | 17,91 | 128.5        | 7.5   | 3.5   | 17.25      |
|            | 2 блюдо             | 287    | Ленивые голубцы             | 200      | 39,53 | 179          | 3.67  | 3.01  | 1.76       |
|            | гарнир              |        |                             |          |       |              |       |       |            |
|            | сладкое             | пр     | Кондитерское изделие        | 20       | 11,20 | 111          | 0.2   | 0.7   | 12         |
|            | хлеб бел.           |        |                             |          |       |              |       |       |            |
|            | хлеб черн.          | 1      | Хлеб ржаной                 | 40       | 2,56  | 46           | 2     | 1     | 15         |
|            |                     | 350    | Кисель из концентрата       | 200      | 10,00 | 117          | 1     | 0     | 23         |
|            |                     |        |                             |          |       |              | 2     |       |            |