

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп							День	15.04.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	302	Каша рисовая рассыпчатая	150	12,13	180	3.72	11.49	20.88		
	гор.напиток хлеб	376	Чай с сахаром	200	1,78	140	0.16	0.6	11		
		2 290	Хлеб пшеничный Голень на пару	28 60	2,06 40,87	72 117	1.5 25	27.5 1.6	10.28 0.5		
Завтрак 2	фрукты	338	Яблоко	225	23,40	46	0.7 2.12	0.3 0.64	10 17.8		
Обед	закуска	71	Огурец	25	6,40	7	0.1	0	2		
	1 блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	200	18,81	83	7.5	3.5	17.25		
		2 блюдо	259	Жаркое по домашнему	150	36,33	112.3	3.67	3.01	1.76	
	гарнир сладкое хлеб бел. хлеб черн.	2 343	Хлеб ржаной Компот из смеси свежих плодов	30 200	1,92 6,54	46 120	2 0.2	1 0.2	15 30		
		338	Мадарин	50	10,24	31.8	0.5	0.2	6.9		