

МЕНЮ

Школа	МОУ-СОШ №5 г. Унеча		Отд./корп							День	16.04.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	16.05.2024		
Завтрак	гор.блюдо	223	Запеканка твороженная со сгущённым молоком	63	39,75	205	9.7	18.8	Углеводы		
	гор.напиток	379	Кофейный напиток	200	14,10	40	0.44	0.07	4		
	хлеб								34.28		
Завтрак 2	фрукты	338	Мандарин	140	26,39	125	3	0.3	11		
Обед	закуска	71	Помидор	38	12,40	11	0.1	0	0.6		
	1 блюдо	96	Рассольник ленинградский	250	20,84	85.8	4.52	6	12.42		
	2 блюдо	232	Рыба запеченая с овощами	60	26,92	201	14.67	10.85	3.45		
	гарнир	203	Макарон отварной с маслом	150	9,09	137.25	4.2	4.2	14.7		
	сладкое										
	хлеб бел.	2	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,92	136	2.58	0.24	14.21		
	хлеб черн.		Напиток из свежих плодов	200	6,54	120	1.6	0	28		
		338	Мандарин	90	16,15	87	1.5	0.5	10		