Школа	МБОУ "СОШ № 5 с углубленным изучением иностранных языков"				старшие				День	05/03/2022
Завтрак	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
	фрукты		яблоко	1шт/110	11-65	5	0	0	1	
	гор блюдо		медальоны из филе с помид сыром	70/20/5	32-68	230	15	16	6	
	гарнир		каша рисовая	150	6-87	235	2	5	20	
	гор напиток		чай с сахаром	200	2-42	57	0	0	15	
	хлеб бел.		батон подольский	30	1-25	38	1	0	8	
	хлеб черн.		хлеб ржаной	20	1-13	42	1	0	7	
	гор блюдо		блины дрожжевые со сгущ молоком	150/27	12-85	335	9	7	64	
	гор напиток		кофейный напиток с молоком	200	10-70	115	3	2	23	
Обед			винегрет овощной	53	4-98	58	1	5	4	
	1 блюдо		борщ из свежей капусты со сметаной	255	13-80	107	2	5	10	
	2 блюдо		медальоны из филе с помид сыром	60/15/5	28-01	197	13	14	5	
	гарнир		каша рисовая	140	6-41	219	2	4	19	
	гор напиток		чай с сахаром	200	2-42	57	0	0	15	
	хлеб бел.		батон подольский	30	1-25	38	1	0	8	
	хлеб черн.		хлеб ржаной	20	1-13	42	1	0	7	