

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ-детский сад №17»

подпись \_\_\_\_\_ А.П.Киселев  
расшифровка подписи

Школа МБОУ "СОШ - детский сад № 17" Отд./корп Д/О День 21.03.2023

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                         | Выход, г    | Цена         | Калорийность  | Белки     | Жиры      | Углеводы    |
|------------|-------------|--------|-------------------------------|-------------|--------------|---------------|-----------|-----------|-------------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 185    | Каша молочная пшенная         | 180.0/150.0 |              | 145,60/88.99  | 5,30/4.33 | 5.50/2.71 |             |
|            | гор.напиток | 395    | Кофейный напиток с молоком    | 180.0/150.0 |              | 91.98/76.65   | 2.85/2.38 | 3.22/2.69 | 13.2/11.1   |
|            | хлеб        | 701    | Хлеб пшеничный                | 30.0/30.0   |              | 70,50/70.50   | 2.28/2.28 | 0,24/0,24 | 14,75/14,75 |
|            |             | 6      | Масло (порциями)              | 5.0/5.0     |              | 33,0/33,0     | 0,05/0,05 | 3.67/3,67 | 0.08/0.08   |
|            |             |        |                               |             |              |               |           | 2.95/1.5  |             |
| Завтрак 2  | фрукты      | 368    | Фруктовый сок                 | 100.0/100.0 |              | 40.0/40.0     | 0.90/0.90 | 0.10/0.10 | 9.0/9.0     |
|            |             |        |                               |             |              |               |           |           |             |
|            |             |        |                               |             |              |               |           |           |             |
| Обед       | закуска     | 38     | Салат из свеклы с черносливом | 60.0/40.0   |              | 24.24/16.16   | 0.64/0.43 | 0.1/0.07  | 5.17/3.44   |
|            | 1 блюдо     | 76     | Рассольник со сметаной        | 250.0/180.0 |              | 102.60/86.94  | 1.84/1.51 | 4.51/3.69 | 14.60/11.95 |
|            | 2 блюдо     | 274    | Мясо тушенное с овощами       | 220.0/180.0 |              | 172.17/167.05 | 9.64/7.52 | 2.36/1.84 | 16.34/12.15 |
|            |             |        |                               |             |              |               |           |           |             |
|            | сладкое     | 397    | Компот из сухофруктов         | 180.0/150.0 |              | 101.70/84.75  | 0.39/0.33 | 0.01/0.01 | 24.98/20.82 |
|            | хлеб бел.   | 701    | Хлеб пшеничный                | 40.0/30.0   |              | 94,0/70.50    | 3.04/2,28 | 0,32/0.24 | 19,68/14.75 |
|            | хлеб черн.  | 700    | Хлеб ржаной                   | 30.0/30.0   |              | 43.50/43.50   | 1.65/1.65 | 0,30/0,30 | 8.35/8,35   |
| Полдник    |             |        |                               |             |              |               |           |           |             |
|            |             | 206    | Макароны с сыром              | 130.0/120.0 |              | 171.64/150.90 | 9.43/6.85 | 5.84/4.10 | 32.15/21.48 |
|            |             | 413    | Чай с сахаром                 | 180.0/150.0 |              | 88.92/78.73   | 2.67/2.56 | 2.89/2.27 | 14.31/11.22 |
|            |             |        |                               |             |              |               |           |           |             |
|            |             |        |                               |             |              |               |           |           |             |
|            |             |        |                               |             | сад - 120.05 |               |           |           |             |
|            |             |        |                               |             | ясли - 97.38 |               |           |           |             |