

Школа МБОУ" СОШ -детский сад №17" Отд./корп "Ш.о." День 26.09.2023

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                                 | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|---------------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Обед       | 1 блюдо    | 82,01  | Борщ с капустой и картофелем (200)    | 250      | 14,7 | 330          | 6     | 17   | 39       |
|            | 2 блюдо    | 294    | Котлеты рубленые из птицы или кролика | 100      | 26,9 | 147          | 9     | 9    | 8        |
|            | гарнир     | 171,05 | Каша рассыпчатая рисовая 1            | 150      | 9,5  | 289          | 7     | 7    | 48       |
|            | закуска    | 71     | Овощи натуральные свежие              | 50       | 8,9  | 12           | 1     | 0    | 2        |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб пшеничный                        | 38       | 3,4  | 89           | 3     | 0    | 19       |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб ржаной                           | 28       | 2,8  | 59           | 2     | 0    | 12       |
|            | напиток    | 349    | Компот из смеси сухофруктов           | 200      | 6,9  | 117          | 1     | 1    | 27       |

Школа 17 \* Многодетные 1-4 кл

Школа МБОУ" СОШ -детский сад №17" Отд./корп "Ш.о." День 26.09.2023

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                   | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | кисломол    | 223,01 | Запеканка из творога (3 вариант)        | 150      | 36,8  | 254          | 11    | 8    | 35       |
|            | сладкое     |        | Печенье                                 | 70       | 9,74  | 212          | 5,2   | 8,2  | 50       |
|            | хлеб черн.  |        | Хлеб ржаной                             | 30       | 2,8   | 63           | 2     | 0    | 13       |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                          | 50       | 3,8   | 118          | 4     | 0    | 25       |
|            | напитки     | 389,02 | Соки овощные, фруктовые и ягодные (200) | 200      | 14    | 90           | 0     | 0    | 22       |
|            | сладкие блк | 338    | Плоды или ягоды свежие (яблоки)         | 150      | 11,25 | 71           | 1     | 1    | 15       |
| Обед       | 1 блюдо     | 82     | Борщ с капустой и картофелем            | 250      | 14,7  | 330          | 6     | 17   | 39       |
|            | 2 блюдо     | 294    | Котлеты рубленые из птицы или кролика   | 100      | 32,7  | 147          | 9     | 9    | 8        |
|            | гарнир      | 171,05 | Каша рассыпчатая рисовая 1              | 150      | 9,5   | 289          | 7     | 7    | 48       |
|            | закуска     | 71     | Овощи натуральные свежие                | 50       | 8,9   | 12           | 1     | 0    | 2        |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                          | 70       | 5,4   | 165          | 5     | 1    | 34       |
|            | хлеб черн.  |        | Хлеб ржаной                             | 42       | 4,2   | 88           | 2     | 0    | 19       |
|            | напиток     | 349    | Компот из смеси сухофруктов             | 200      | 6,9   | 117          | 1     | 1    | 27       |

Школа 17 \* Многодетные 5-11 кл