

Школа МБОУ" СОШ -детский сад №17" Отд./корп Ш.о. День 12.10.2023

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                               | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|-------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Обед       | 1 блюдо    | 102    | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 250      | 9,1   | 153          | 6     | 6    | 20       |
|            | 2 блюдо    | 278    | Тефтели 1 -й вариант                | 100      | 38,42 | 143          | 7     | 8    | 10       |
|            | гарнир     | 171,03 | Каша рассыпчатая рисовая            | 150      | 11,6  | 297          | 5     | 7    | 52       |
|            | закуска    | 71     | Овощи натуральные свежие            | 70       | 6,5   | 17           | 1     | 0    | 3        |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб ржаной                         | 28       | 2,4   | 59           | 2     | 0    | 12       |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб пшеничный                      | 38       | 3     | 89           | 3     | 0    | 19       |
|            | напиток    | 349    | Компот из смеси сухофруктов         | 200      | 6,4   | 117          | 1     | 1    | 27       |

Школа 17 \* Многодетные 1-4 кл

Школа МБОУ" СОШ -детский сад №17" Отд./корп Ш.о. День 12.10.2023

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                               | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|-------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | 2блюдо     | 229    | Рыба, тушенная в томате с овощами   | 150      | 31,62 | 311          | 24    | 21   | 6        |
|            | гарнир     | 312    | Пюре картофельное                   | 150      | 14,8  | 189          | 3     | 6    | 27       |
|            | закуска    | 71     | Овощи натуральные свежие            | 60       | 6,7   | 16           | 1     | 0    | 3        |
|            | кисломол.  |        | Хлеб пшеничный                      | 50       | 3,8   | 118          | 4     | 0    | 25       |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб ржаной                         | 30       | 2,2   | 63           | 2     | 0    | 13       |
|            | хлеб черн. | 14     | Масло (порциями)                    | 10       | 8,5   | 66           | 0     | 7    | 0        |
|            | напиток    | 376    | Чай с сахаром                       | 200      | 4,8   | 57           | 0     | 0    | 15       |
| Обед       | 1 блюдо    | 102    | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 300      | 10,4  | 184          | 7     | 7    | 24       |
|            | 2 блюдо    | 278    | Тефтели 1 -й вариант                | 100      | 39,78 | 143          | 7     | 8    | 10       |
|            | гарнир     | 171,03 | Каша рассыпчатая рисовая            | 150      | 11,6  | 297          | 5     | 7    | 52       |
|            | закуска    | 71     | Овощи натуральные свежие            | 60       | 7,4   | 16           | 1     | 0    | 3        |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб ржаной                         | 42       | 3,6   | 88           | 2     | 0    | 19       |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб пшеничный                      | 70       | 4     | 165          | 5     | 1    | 34       |
|            | напиток    | 349    | Компот из смеси сухофруктов         | 200      | 6,4   | 117          | 1     | 1    | 27       |

Школа 17 \* Многодетные 5-11 кл