

|       |                             |           |      |      |            |
|-------|-----------------------------|-----------|------|------|------------|
| Школа | МБОУ" СОШ -детский сад №17" | Отд./корп | Ш.о. | День | 10.11.2023 |
|-------|-----------------------------|-----------|------|------|------------|

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                        | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Обед       | 1 блюдо    | 82     | Борщ с капустой и картофелем | 250      | 18,3 | 153          | 5     | 7    | 19       |
|            | 2 блюдо    | 281    | Биточки паровые              | 100      | 29,6 | 219          | 9     | 8    | 6        |
|            | гарнир     | 171,03 | Каша рассыпчатая рисовая     | 150      | 12,4 | 146          | 5     | 6    | 25       |
|            | закуска    | 67     | Винегрет овощной             | 80       | 8,7  | 65           | 2     | 3    | 6        |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб пшеничный               | 38       | 2,8  | 89           | 3     | 0    | 19       |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб ржаной                  | 28       | 2,4  | 59           | 2     | 0    | 12       |
|            | сладкое    | 406,01 | яблоком                      | 100      | 8,8  | 80           | 4     | 4    | 28       |
|            | напиток    | 388    | Напиток из плодов шиповника  | 200      | 8,4  | 123          | 1     | 0    | 30       |

Школа 17 \* Льготники 1-4 кл

|       |                             |           |      |      |            |
|-------|-----------------------------|-----------|------|------|------------|
| Школа | МБОУ" СОШ -детский сад №17" | Отд./корп | Ш.о. | День | 10.11.2023 |
|-------|-----------------------------|-----------|------|------|------------|

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                            | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | 1блюдо     | 173    | овсяной, гречневой и других круп | 250      | 26,85 | 383          | 12    | 22   | 32       |
|            | кисломол.  | 14     | Масло (порциями)                 | 10       | 9,5   | 61           | 0     | 0    | 0        |
|            | сладкое    | 524    | Печенье                          | 50       | 8,8   | 101          | 4     | 7    | 49       |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб пшеничный                   | 50       | 3,7   | 118          | 4     | 0    | 25       |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб ржаной                      | 30       | 2,4   | 63           | 2     | 0    | 13       |
|            | напиток    | 376    | Чай с сахаром                    | 200      | 8,2   | 5            | 0     | 0    | 15       |
|            | фрукты     | 338    | Плоды или ягоды свежие (яблоки)  | 100      | 21,4  | 63           | 0     | 0    | 14       |
|            |            |        |                                  |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | 1 блюдо    | 82     | Борщ с капустой и картофелем     | 250      | 18,3  | 153          | 3     | 7    | 16       |
|            | 2 блюдо    | 281    | Биточки паровые                  | 100      | 29,6  | 219          | 8     | 8    | 9        |
|            | гарнир     | 171,03 | Каша рассыпчатая рисовая         | 150      | 11,8  | 146          | 5     | 6    | 25       |
|            | закуска    | 67     | Винегрет овощной                 | 75       | 8,7   | 65           | 2     | 3    | 6        |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб пшеничный                   | 70       | 4,8   | 149          | 8     | 0    | 25       |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб ржаной                      | 42       | 3,6   | 88           | 5     | 0    | 18       |
|            | сладкое    | 406,01 | яблоком                          | 100      | 9,8   | 80           | 4     | 4    | 30       |
|            | напиток    | 388    | Напиток из плодов шиповника      | 200      | 8,4   | 133          | 0     | 0    | 28       |

Школа 17 \* Льготники 5-11 кл