

Школа МБОУ" СОШ -детский сад №17" Отд./корп Ш.о. День 16.11.2023

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                               | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|-------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Обед       | 1 блюдо    | 102    | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 250      | 9,1   | 148          | 7     | 6    | 20       |
|            | 2 блюдо    | 278    | Тефтели 1 -й вариант                | 100      | 38,42 | 162          | 8     | 11   | 10       |
|            | гарнир     | 171,03 | Каша рассыпчатая рисовая            | 150      | 11,6  | 221          | 9     | 9    | 33       |
|            | закуска    |        | Салат из соленых огурцов с луком    | 70       | 6,5   | 36           | 1     | 0    | 2        |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб пшеничный                      | 38       | 2,4   | 89           | 3     | 0    | 19       |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб ржаной                         | 28       | 3     | 59           | 2     | 0    | 12       |
|            | напиток    | 349    | Компот из смеси сухофруктов         | 200      | 6,4   | 117          | 0     | 0    | 27       |

Школа 17 \* Многодетные 1-4 кл 832 30 26 123

Школа МБОУ" СОШ -детский сад №17" Отд./корп Ш.о. День 16.11.2023

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                               | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|-------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | 2блюдо     | 229    | Рыба, тушенная в томате с овощами   | 150      | 31,62 | 252          | 12    | 10   | 16       |
|            | гарнир     | 312    | Пюре картофельное                   | 150      | 14,8  | 151          | 4     | 7    | 29       |
|            | закуска    | 71     | Салат из свеклы отварной            | 70       | 6,7   | 60           | 1     | 3    | 6        |
|            | кисломол.  | 14     | Масло (порциями)                    | 10       | 8,5   | 61           | 0     | 7    | 0        |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб ржаной                         | 30       | 2,2   | 118          | 4     | 0    | 25       |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб пшеничный                      | 50       | 3,6   | 63           | 2     | 0    | 13       |
|            | напиток    | 376    | Чай с сахаром                       | 200      | 4,8   | 5            | 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 | 168          | 8     | 9    | 18       |
|            | гарнир     | 171,03 | Каша рассыпчатая рисовая            | 150      | 11,6  | 294          | 9     | 9    | 44       |
|            | закуска    |        | Салат из соленых огурцов с луком    | 60       | 7,4   | 36           | 1     | 0    | 12       |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб ржаной                         | 42       | 3,6   | 149          | 5     | 1    | 35       |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб пшеничный                      | 70       | 4     | 88           | 2     | 0    | 19       |
|            | напиток    | 349    | Компот из смеси сухофруктов         | 200      | 6,4   | 123          | 0     | 0    | 30       |

Школа 17 \* Многодетные 5-11 кл