

Школа МБОУ" СОШ -детский сад №17" Отд./корп Ш.о. День 17.11.2023

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                                | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|--------------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Обед       | 1блюдо     | 88     | Щи из свежей капусты с картофелем    | 250      | 21,4 | 154          | 6     | 7    | 10       |
|            | 2 блюдо    | 255    | Печень по-строгановски               | 100      | 28,6 | 185          | 13    | 11   | 4        |
|            | гарнир     | 203    | Макаронные изделия отварные с маслом | 150      | 17,3 | 196          | 5     | 6    | 31       |
|            | закуска    | 67     | Винегрет овощной                     | 80       | 8,7  | 65           | 2     | 3    | 6        |
|            | Хлеб бел   |        | Хлеб пшеничный                       | 38       | 4,48 | 89           | 3     | 0    | 19       |
|            | Хлеб черн  |        | Хлеб ржаной                          | 28       | 3,1  | 59           | 2     | 0    | 12       |
|            | напиток    | 388    | Напиток из плодов шиповника          | 200      | 6,2  | 133          | 0     | 0    | 30       |
|            | мучное блю | 406,01 | яблоком                              | 100      | 12   | 94           | 5     | 4    | 37       |

Школа 17 \* Льготники 1-4 кл

Школа МБОУ" СОШ -детский сад №17" Отд./корп Ш.о. День 17.11.2023

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                                   | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|-----------------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | 1 блюдо    | 173    | овсяной, гречневой и других круп (2     | 220      | 27,6 | 339          | 9     | 12   | 51       |
|            | кисломол   | 15     | Сыр (порциями)                          | 25       | 16,3 | 92           | 7     | 7    | 0        |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб пшеничный                          | 50       | 3,2  | 118          | 4     | 0    | 25       |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб ржаной                             | 30       | 2,6  | 63           | 2     | 0    | 13       |
|            | напиток    | 389,02 | Соки овощные, фруктовые и ягодные (200) | 200      | 16   | 90           | 0     | 0    | 22       |
|            | фрукты     | 338    | Плоды или ягоды свежие (яблоки)         | 100      | 8,2  | 47           | 0     | 0    | 10       |
| Обед       | 1блюдо     | 88     | Щи из свежей капусты с картофелем       | 300      | 21,4 | 113          | 8     | 9    | 11       |
|            | 2блюдо     | 255    | Печень по-строгановски                  | 100      | 28,6 | 185          | 13    | 14   | 14       |
|            | гарнир     | 203    | Макаронные изделия отварные с маслом    | 150      | 17,3 | 196          | 5     | 8    | 31       |
|            | закуска    | 67     | Винегрет овощной                        | 80       | 8,7  | 72           | 2     | 3    | 6        |
|            | Хлеб       |        | Хлеб пшеничный                          | 70       | 4,48 | 149          | 5     | 1    | 35       |
|            | Хлеб       |        | Хлеб ржаной                             | 42       | 3,1  | 88           | 2     | 0    | 19       |
|            | напиток    | 388    | Напиток из плодов шиповника             | 200      | 6,2  | 133          | 0     | 0    | 34       |
|            | сладкое    | 406,01 | яблоком                                 | 100      | 12   | 94           | 5     | 6    | 37       |

Школа 17 \* Льготники 5-11 кл