

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ-детский сад №17»

А.П.Киселев  
подпись \_\_\_\_\_  
расшифровка подписи

Школа МБОУ "СОШ - детский сад № 17" Отд./корп Д/О День 06.12.2023

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                              | Выход, г     | Цена          | Калорийность  | Белки      | Жиры      | Углеводы    |
|------------|-------------|--------|------------------------------------|--------------|---------------|---------------|------------|-----------|-------------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 185    | Каша молочная манная               | 180.00/150.0 |               | 125.41/104.51 | 2.78/2.32  | 4.42/3.69 | 28.00/23.37 |
|            | гор.напиток | 414    | Кофейный напиток с молоком         | 180.0/150.0  |               | 91.98/76.65   | 2.85/2.38  | 3.22/2.69 | 13.2/11.1   |
|            | хлеб        | 701    | Хлеб пшеничный                     | 30.0/30.0    |               | 70,50/76      | 2.28/2.28  | 0,24/0,24 | 14,75/14,75 |
|            |             | 6      | Масло(порциями)                    | 5.0/5.0      |               | 33.0/33.0     | 0.05/0.05  | 3.67/3.67 | 0.08/0.08   |
|            |             |        |                                    |              |               |               |            |           |             |
| Завтрак 2  | фрукты      | 399    | Фруктовый сок                      | 100.0/100.0  |               | 44.6/44.66    | 0.5/0.5    | 0.11/0.11 | 9.8/9.8     |
|            |             |        |                                    |              |               |               |            |           |             |
|            |             |        |                                    |              |               |               |            |           |             |
| Обед       | закуска     | 19     | С алат из соленых огурцов          | 60.0/40.0    |               | 35.66/24.17   | 0.54/0.36  | 3.06/2.04 | 1.19/1.09   |
|            | 1 блюдо     | 66     | Щи из свежей капусты со сметаной   | 250.0/180.0  |               | 100.06/60.00  | 2.04/1.22  | 5.95/3.57 | 9.32/5.59   |
|            | 2 блюдо     | 258    | Шницель рыбный натуральный         | 80.0/70.0    |               | 114.70/94.50  | 11.26/9.33 | 3.99/3.29 | 8.39/6.97   |
|            | гарнир      |        | Рис припущенный                    | 120.0/110.0  |               | 168.3/153.15  | 4.85/4.41  | 4.0/3.64  | 28.31/25.76 |
|            | 3блюдо      | 372    | Компот из яблок                    | 180.0/150.0  |               | 90.62/58.75   | 0,16/0.13  | 0,16/0.13 | 21.88/20.78 |
|            | хлеб бел.   | 701    | Хлеб пшеничный                     | 40.0/30.0    |               | 94,0/70.50    | 3.04/2,28  | 0,32/0.24 | 19,68/14.75 |
|            | хлеб черн.  | 700    | Хлеб ржаной                        | 30.0/30.0    |               | 43.50/43.50   | 1.65/1.65  | 0,30/0,30 | 8.35/8,35   |
|            |             |        |                                    |              |               |               |            |           |             |
|            | полдник     | 216    | Омлет с сыром                      | 100.0/80.0   |               | 227.60/182.10 | 10.6/10.6  | 19.80/15  | 1.64/1.31   |
|            |             | 34     | Салат из свеклы с зеленым горошком | 60.0/40.0    |               | 57.30/30.80   | 1.30/0.66  | 2.81/1.67 | 6.58/3.20   |
| Полдник    |             | 397    | Компот из сухофруктов              | 180.0/150.0  |               | 41.1/38.7     | 0.2/0.0    | 0.0/0.0   | 10.1/9.7    |
|            |             | 700    | Хлеб ржаной                        | 30.0/30.0    | сад - 140.5   | 43.50/43.50   | 1.65/1.65  | 0.30/0.30 | 8.35/8.35   |
|            |             |        |                                    |              | ясли - 119.80 |               |            |           |             |