

Школа МБОУ" СОШ -детский сад №17" Отд./корп Ш.о. День 11.03.2024

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                             | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|-----------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Обед       | 1 блюдо    | 99     | Суп из овощей                     | 250      | 17,48 | 122          | 7     | 8    | 20       |
|            | 2 блюдо    | 229    | Рыба, тушенная в томате с овощами | 155      | 31,2  | 252          | 12    | 14   | 18       |
|            | гарнир     | 312    | Пюре картофельное                 | 150      | 16,48 | 141          | 3     | 5    | 24       |
|            | закуска    | 72     | Огурец консервированный           | 70       | 7,5   | 12           | 0     | 0    | 5        |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб пшеничный                    | 38       | 3     | 89           | 3     | 0    | 19       |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб ржаной                       | 28       | 2,8   | 59           | 2     | 0    | 12       |
|            | напиток    | 349    | Компот из смеси сухофруктов       | 200      | 8,96  | 117          | 1     | 0    | 27       |
|            | сладкое    | 406,02 | картофелем и луком                | 100      | 10    | 92           | 5     | 4    | 42       |

Школа 17 \* Льготники 1-4 кл

Школа МБОУ" СОШ -детский сад №17" Отд./корп Ш.о. День 11.03.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | 2блюдо      | 210    | Омлет натуральный                    | 116      | 30,1  | 228          | 9     | 7    | 14       |
|            | гарнир      | 203    | Макаронные изделия отварные с маслом | 150      | 12,3  | 164          | 4     | 6    | 23       |
|            | закуска     | 45     | Салат из белокачанной капусты        | 100      | 9,7   | 62           | 2     | 5    | 12       |
|            | кисломол.   | 14     | Масло (порциями)                     | 10       | 8,5   | 61           | 0     | 5    | 0        |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                       | 50       | 4,6   | 118          | 4     | 0    | 25       |
|            | хлеб черн.  |        | Хлеб ржаной                          | 30       | 2,5   | 63           | 2     | 0    | 13       |
|            | гор.напиток | 378    | Чай с молоком                        | 215      | 11,3  | 60           | 3     | 1    | 19       |
| Обед       | 1 блюдо     | 99     | Суп из овощей                        | 300      | 17,48 | 131          | 9     | 10   | 24       |
|            | 2 блюдо     | 229    | Рыба, тушенная в томате с овощами    | 155      | 34,75 | 277          | 14    | 15   | 20       |
|            | гарнир      | 312    | Пюре картофельное                    | 200      | 16,48 | 194          | 4     | 7    | 29       |
|            | закуска     | 72     | Огурцы консервированные              | 75       | 14,71 | 14           | 1     | 0    | 7        |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                       | 70       | 4,2   | 149          | 8     | 0    | 35       |
|            | хлеб черн.  |        | Хлеб ржаной                          | 42       | 3,6   | 88           | 5     | 0    | 18       |
|            | напиток     | 349    | Компот из смеси сухофруктов          | 200      | 8,96  | 123          | 1     | 0    | 30       |
|            | сладкое     | 406,02 | картофелем и луком                   | 100      | 10    | 92           | 5     | 4    | 42       |

Школа 17 \* Льготники 5-11 кл