

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ-детский сад №17»

А.П.Киселев

подпись

расшифровка подписи

Школа МБОУ "СОШ - детский сад № 17" Отд./корп Д/О День 20.03.2024

| 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      | 368    | Свежие фрукты(яблоко)      | 100.0/100.0  |               | 45.7/45.7     | 0.4/0.4   | 0.4/0.4   | 9.5/9.5     |
|            |             |        |                            |              |               |               |           |           |             |
|            |             |        |                            |              |               |               |           |           |             |
| Обед       | закуска     | 70     | Огурец соленый             | 30.0/30.0    |               | 10.5/10.5     | 0.5/0.5   | 0.2/0.2   | 1.15/1.15   |
|            | 1 блюдо     | 66     | Щи из капусты со сметаной  | 250.0/180.0  |               | 100.06/60.0   | 2.04/1.22 | 5.95/3.57 | 9.32/5.59   |
|            | 2 блюдо     | 255    | Котлета рыбная             | 80.0/60.0    |               | 108.0/81.0    | 10.7/8.02 | 3.76/2.82 | 7.99/5.99   |
|            | гарнир      | 417    | Каша пшеничная рассыпчатая | 120.0/110.0  |               | 214.0/214.0   | 9.47/9.47 | 7.58/7.58 | 26.98/26.98 |
|            | 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 натуральный          | 120.0/100.0  |               | 227.60/182.10 | 10.6/10.6 | 19.80/15  | 1.64/1.31   |
|            |             | 55     | Икра кабачковая            | 60.0/40.0    |               | 69.60/46.12   | 0.90/0.12 | 4.70/3.37 | 5.91/2.24   |
| 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 - 159.8   | 43.50/43.50   | 1.65/1.65 | 0.30/0.30 | 8.35/8.35   |
|            |             |        |                            |              | ясли - 132.08 |               |           |           |             |