

Школа МБОУ" СОШ -детский сад №17" Отд./корп Ш.о. День 01.04.2024

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                            | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|----------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Обед       | 1 блюдо    | 99     | Суп из овощей                    | 250      | 14,4 | 122          | 7     | 8    | 20       |
|            | 2 блюдо    | 229    | Рыба, тушеная в томате с овощами | 155      | 28,8 | 252          | 12    | 14   | 18       |
|            | гарнир     | 312    | Пюре картофельное                | 150      | 14,4 | 141          | 3     | 5    | 24       |
|            | закуска    | 72     | Огурец консервированный          | 70       | 7,9  | 12           | 0     | 0    | 5        |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб ржаной                      | 28       | 3    | 89           | 3     | 0    | 19       |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб пшеничный                   | 38       | 2,8  | 59           | 2     | 0    | 12       |
|            | напиток    | 349    | Компот из смеси сухофруктов      | 200      | 6,7  | 117          | 1     | 0    | 27       |

Школа 17 \* Многодетные 1-4 кл

Школа МБОУ" СОШ -детский сад №17" Отд./корп Ш.о. День 01.04.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|--------------------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | 2 блюдо     | 210    | Омлет натуральный                    | 116      | 29,91 | 228          | 9     | 7    | 14       |
|            | гарнир      | 203    | Макаронные изделия отварные с маслом | 150      | 9,4   | 164          | 4     | 6    | 23       |
|            | закуска     | 21     | Овощи                                | 80       | 9,8   | 59           | 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       |
|            | 1 блюдо     | 99     | Суп из овощей                        | 300      | 14,4  | 131          | 9     | 10   | 24       |
|            | 2 блюдо     | 229    | Рыба, тушеная в томате с овощами     | 155      | 28,8  | 277          | 14    | 15   | 20       |
|            | гарнир      | 312    | Пюре картофельное                    | 200      | 16,63 | 194          | 4     | 7    | 29       |
|            | закуска     | 72     | Огурец консервированный              | 75       | 8,5   | 14           | 1     | 0    | 7        |
|            | хлеб черн.  |        | Хлеб ржаной                          | 42       | 3,6   | 149          | 8     | 0    | 35       |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                       | 70       | 4,2   | 88           | 5     | 0    | 18       |
|            | напиток     | 349    | Компот из смеси сухофруктов          | 200      | 6,7   | 123          | 1     | 0    | 30       |

Школа 17 \* Многодетные 5-11 кл