УТВЕРЖДАЮ

Директор

Директор МБОУ «СОШ-детский сад №17»

_____ Е.М.Демидова

Школа МБОУ "СОШ - детский сад № 17" Отд./корп Д/О День 30.09.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 94 | Суп молочный с пшеном | 180.0/150.0 | | 145.60/119.16 | 5.30/4.35 | 5.50/4.50 | 18.52/15.10 |
| | гор.напиток | 413 | Чай с молоком | 180.0/150.0 | | 88.92/78.73 | 2.67/2.56 | 2.89/2.27 | 14.31/11.22 |
| | хлеб | 701 | Хлеб пшеничный | 30.0/30.0 | | 70,50/70.50 | 2.28/2.28 | 0,24/0,24 | 14,75/14,75 |
| | | 6 | Масло сливочное | 5.0/5.0 | | 33.0/33.0 | 0.05/0.05 | 3.67/3.67 | 0.08/0.08 |
| | | 7 | Сыр(порциями) | 10.0/5.0 | | 36.0/18.0 | 2.32/1.16 | 2.95/1.5 | 0.0/0.0 |
| Завтрак 2 | фрукты | 399 | Фруктовый сок | 100.0/100.0 | | 45.7/45.7 | 0.4/0.4 | 0.4/0.4 | 9.5/9.5 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Обед | закуска | 19 | Салат из соленых огурцов с луком | 60.0/40.0 | | 35.66/24.17 | 0.54/0.36 | 3.06/2.04 | 1.19/1.09 |
| | 1 блюдо | 59 | Борщ с фасолью со сметаной | 250.0/180.0 | | 106.8/64.0 | 3.7/2.47 | 3.0/1.8 | 17.2/10.4 |
| | 2 блюдо | 286 | Тефтели мясные с соусом смет. | 70.0/30.0.60.0/30.0 | | 412.81/353.80 | 15.30/13 | 14.6/12.5 | 29.62/25.30 |
| | гарнир | 67 | Каша гречневая рассыпчатая | 120.0/110.0 | | 209.06/174.21 | 6.98/5.81 | 6.17/5.14 | 31.48/26.23 |
| | 3 блюдо | 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 | | | Кондитерское изделие | 40.0/40.0 | | 0.86/0.86 | 0.14/0.14 | 0.28/0.28 | 1.38/1.38 |
| | | 435 | Кефир | 150.0/150.0 | | 101.70/84.75 | 0.39/0.33 | 0.01/0.01 | 24.98/20.82 |
| | | 368 | Свежие фрукты(яблоко) | 100.0/100.0 | | 65.5/65.5 | 1.44/1.44 | 1.70/1.70 | 11.10/11.10 |
| | | | | | сад - 159.82 | | | | |
| | | | | | ясли - 132.08 | | | | |

подпись расшифровка подписи