

Школа МБОУ " СОШ -детский сад №17 " Отд./корп Ш.о. День 29.12.2025

| Прием пищи | Раздел     | № рец. | Блюдо                       | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|------------|--------|-----------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Обед       | 1блюдо     | 103    | изделиями                   | 250      |      | 123          | 3     | 3    | 21       |
|            | 2блюдо     | 492    | Котлеты (биточки) рыбные    | 100      |      | 160          | 11    | 7    | 13       |
|            | гарнир     | 312    | Пюре картофельное           | 150      |      | 151          | 3     | 5    | 22       |
|            | закуска    | 15     | Овощи                       | 80       |      | 17           | 1     | 0    | 3        |
|            | хлеб черн. |        | Хлеб ржаной                 | 28       |      | 59           | 2     | 0    | 12       |
|            | хлеб бел.  |        | Хлеб пшеничный              | 38       |      | 89           | 3     | 0    | 19       |
|            | напиток    | 349    | Компот из смеси сухофруктов | 200      |      | 117          | 1     | 1    | 27       |

Школа 17 \* Многодетные 1-4 кл

Школа МБОУ " СОШ -детский сад №17 " Отд./корп Ш.о. День 29.12.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                           | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | 2 блюдо     | 210    | Омлет натуральный               | 116      |      | 236          | 11    | 20   | 2        |
|            | закуска     | 32     | Салат из белокочанной капусты   | 100      |      | 89           | 2     | 5    | 9        |
|            | кисломол.   | 15     | Сыр (порциями)                  | 20       |      | 68           | 5     | 5    | 0        |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                  | 50       |      | 118          | 4     | 0    | 25       |
|            | хлеб черн.  |        | Хлеб ржаной                     | 30       |      | 63           | 2     | 0    | 13       |
|            | гор.напиток | 378    | Чай с молоком                   | 215      |      | 86           | 2     | 1    | 17       |
|            | фрукты      | 338    | Плоды или ягоды свежие (яблоки) | 120      |      | 56           | 0     | 0    | 12       |
| Обед       | 1блюдо      | 103    | изделиями                       | 250      |      | 123          | 3     | 3    | 21       |
|            | 2блюдо      | 492    | Котлеты (биточки) рыбные        | 105      |      | 160          | 11    | 7    | 13       |
|            | гарнир      | 312    | Пюре картофельное               | 150      |      | 151          | 3     | 5    | 22       |
|            | закуска     | 15     | Овощи                           | 100      |      | 17           | 1     | 0    | 3        |
|            | хлеб черн.  |        | Хлеб ржаной                     | 42       |      | 88           | 2     | 0    | 19       |
|            | хлеб бел.   |        | Хлеб пшеничный                  | 70       |      | 165          | 5     | 1    | 34       |
|            | напиток     | 349    | Компот из смеси сухофруктов     | 200      |      | 117          | 1     | 1    | 27       |

Школа 17 \* Многодетные 5-11 кл