

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ-детский сад №17»

Е.М.Демидова

Школа МБОУ "СОШ - детский сад № 17" Отд./корп Д/О День 05.03.2026

| Прием пищи | Раздел      | № рец.                | Блюдо                           | Выход, г    | Цена        | Калорийность  | Белки      | Жиры      | Углеводы    |
|------------|-------------|-----------------------|---------------------------------|-------------|-------------|---------------|------------|-----------|-------------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 94                    | Суп молочный с пшеничной крупой | 200.0/180.0 |             | 145.60/119.16 | 5.30/4.33  | 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 (порциями)                | 5.0/5.0     |             | 33.0/33.0     | 0.05/0.05  | 3.67/3.67 | 0.08/0.08   |
|            |             | 7                     | Сыр(порциями)                   | 7.0/5.0     |             | 36.0/18.0     | 2.32/1.16  | 2.95/1.5  | 0.0/0.0     |
| Завтрак 2  | фрукты      | 399                   | Яблоко                          | 100.0/100.0 |             | 45.7/45.7     | 0.4/0.4    | 0.4/0.4   | 9.5/9.5     |
|            |             |                       |                                 |             |             |               |            |           |             |
| Обед       | закуска     | 20                    | Икра кабачковая                 | 60.0/40.0   |             | 55.60/37.06   | 1.01/0.67  | 3.06/2.04 | 5.85/3.9    |
|            | 1 блюдо     | 76                    | Рассольник со сметаной          | 250.0/180.0 |             | 102.6/86.94   | 1.84/1.51  | 4.51/3.69 | 12.50/11.12 |
|            | 2 блюдо     | 312                   | Запеканка из печени с рисом     | 80.0/60.0   |             | 185.30/139.0  | 12.40/9.33 | 9.40/7.06 | 12.80/9.64  |
|            | гарнир      | 205                   | Пюре картофельное               | 120.0/110.0 |             | 220,6/136.0   | 7.3/5.4    | 5.6/4.2   | 35.1/26.3   |
|            | 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  | 2         | 8.35/8,35   |
|            |             |                       |                                 |             |             |               |            |           |             |
|            | Полдник     | 240                   | Пудинг из творога с яблоками    | 100.0/100.0 |             | 250.80/188.10 | 16.32/12   | 12.80/9.5 | 17.55/13.14 |
|            |             |                       | Сгущенное молоко                | 20.0/20.0   |             | 65.6/65.6     | 1.44/1.44  | 1.70/1.70 | 11.10/11.10 |
|            | 435         | Напиток кисломолочный | 150.0/150.0                     |             | 95.40/86.20 | 5.20/3.10     | 4.50/3.70  | 7.20/6.10 |             |
|            |             |                       |                                 |             |             |               |            |           |             |
|            |             |                       |                                 |             |             |               |            |           |             |

шифровка подписи