

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ-детский сад №17»

Е.М.Демидова

Школа МБОУ "СОШ - детский сад № 17" Отд./корп Д/О День 25.06.2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                      | Выход, г    | Цена | Калорийность  | Белки     | Жиры      | Углеводы    |
|------------|-------------|--------|----------------------------|-------------|------|---------------|-----------|-----------|-------------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 94     | Каша молочная геркулесовая | 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 | 15.01/12.51 |
|            | 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    | Фруктовый сок              | 100.0/100.0 |      | 45.7/45.7     | 1.44/1.44 | 1.70/1.70 | 11.10/11.10 |
|            |             |        |                            |             |      |               |           |           |             |
|            |             |        |                            |             |      |               |           |           |             |
| Обед       | закуска     | 20     | Огурец свежий              | 30.0/30.0   |      | 55.60/46.12   | 0.5/0.5   | 1.21/1.21 | 5.85/2.24   |
|            | 1 блюдо     | 76     | Рассольник со сметаной     | 250.0/180.0 |      | 102.60/86.94  | 1.84/1.51 | 4.51/3.69 | 14.60/11.95 |
|            | 2 блюдо     | 282    | Котлета из птицы           | 70.0/60.0   |      | 185.30/139.0  | 12.40/9.3 | 9.40/7.06 | 12.80/9.64  |
|            | гарнир      | 205    | Каша гречневая с маслом    | 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 сухофруктов      | 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          | 100.0/80.0  |      | 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     | 11.44/11  | 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