

Школа МБОУ СОШ №17 пгт Ильского МО Северский район имени Героя Советс

Отд./корп 12 лет и старше

День 3

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	хлеб	3	Бутерброд с сыром	35	9,60	128	5	9	8
	гор.блюдо	174	Каша вязкая молочная из риса	235	16,75	326	7	12	47
	сладкое		Пряники	30	3,60	110	2	1	13
	гор.напиток	8	Чай с сахаром	200	1,92	41	0	0	10
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	40	2,52	95	3	0	20
Обед	закуска	82	Овощи по-сезону, морковь нарезанная (морковные палочки)	100	4,25	35	1	0	7
	1 блюдо	106	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	25,00	148	10	4	19
	2 блюдо	299	Запеканка картофельная с мясом	220	53,93	455	18	26	37
	гор.напиток	10	Компот из смеси сухофруктов	200	3,92	79	0	0	19
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60	3,78	142	5	0	30
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	60	4,20	122	4	0	25