

Школа

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

Отд./корп

7-11 лет

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	215	15,32	298	6	11	43
	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	20	1,26	47	2	0	10
Обед	закуска	82	Овощи по-сезону, морковь нарезанная (морковные палочки)	60	2,55	21	1	0	4
	1 блюдо	106	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	25,00	148	10	4	19
	2 блюдо	299	Запеканка картофельная с мясом	170	41,67	350	14	20	28
	гор.напиток	10	Компот из смеси сухофруктов	200	3,92	79	0	0	19
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	50	3,15	71	2	0	30
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	2,80	51	2	0	10
Полдник	сладкое	428	Булочка	100	18,00	152	4	2	30
	гор.напиток	8	Чай с сахаром	200	1,92	41	0	0	10
	фрукты	338	Фрукты свежие (банан)	120	14,40	115	2	1	25