

ГБОУ СО "Североуральская школа-интернат"

Page 10

9/16/2025

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                        | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|------------------------------|----------|------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 302    | Каша вязкая геркулесовая     | 200      |      | 216          | 6     | 8    | 30       |
|            | гор.напиток | 685    | Чай с сахаром                | 200      |      | 35           | 0     | 0    | 7        |
|            | хлеб        | пром   | Витаминизированный           | 70       |      | 174          | 5     | 2    | 36       |
|            |             | 337    | яйцо вареное                 | 40       |      | 63           | 5     | 5    | 0        |
|            |             | 97     | Сыр в нарезке                | 15       |      | 54           | 4     | 4    | 4        |
| Завтрак 2  | фрукты      |        |                              |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                              |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                              |          |      |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     | 16     | салат из свежих огурцов      | 80       |      | 63           | 0     | 6    | 2        |
|            | 1 блюдо     | 110    | Борщ с капустой и картофелем | 250      |      | 106          | 2     | 5    | 13       |
|            | 2 блюдо     | 49     | Зразы "Верх-Исетские"        | 90       |      | 179          | 18    | 10   | 8        |
|            | гарнир      | 472    | Пюре картофельное с морковью | 200      |      | 166          | 4     | 6    | 24       |
|            | сладкое     | 305    | кисель из концентрата        | 200      |      | 76           | 0     | 0    | 20       |
|            | хлеб бел.   | пром   | Витаминизированный           | 50       |      | 137          | 4     | 1    | 27       |
|            | хлеб черн.  | пром   | Витаминизированный           | 40       |      | 76           | 2     | 0    | 18       |
|            |             |        |                              |          |      |              |       |      |          |
|            |             |        |                              |          |      |              |       |      |          |