

ГБОУ СО "Краснотурьинская школа-интернат"

Page 10

12.12.2024

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                       | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|------------|-------------|--------|-----------------------------|----------|-------|--------------|-------|------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 248    | каша гречневая жидкая       | 200      | 11,86 | 269          | 9     | 11   | 32       |
|            | гор.напиток | 494    | чай с лимоном               | 200      | 0,94  | 61           | 0     | 0    | 15       |
|            | хлеб        | 111    | батон нарезной              | 75       | 5,66  | 196          | 5     | 2    | 38       |
|            |             | 100    | сыр порциями                | 25       | 9,50  | 68           | 5     | 5    | 0        |
|            |             |        |                             |          |       |              |       |      |          |
| Обед       | закуска     |        |                             |          |       |              |       |      |          |
|            | 1 блюдо     | 128    | суп вермишелевый            | 250      | 9,40  | 108          | 4     | 5    | 12       |
|            | 2 блюдо     | 404    | котлета рыбная              | 80       | 30,51 | 274          | 21    | 21   | 0        |
|            | гарнир      | 291    | овощное рагу                | 160      | 5,16  | 226          | 6     | 6    | 38       |
|            | сладкое     | 508    | компот из смеси сухофруктов | 200      | 5,35  | 49           | 1     | 0    | 13       |
|            | хлеб бел.   |        |                             |          |       |              |       |      |          |
|            | хлеб черн.  | 109    | хлеб ржаной                 | 80       | 4,03  | 139          | 5     | 1    | 27       |
|            |             |        |                             |          |       |              |       |      |          |
|            |             |        |                             |          |       |              |       |      |          |