

Утверждаю

И.о. директора
КГБОУ «Елизовская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

_____ /Дербенев А.А/

МЕНЮ

9 октября 2021 г.

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|-------------------------------------|------------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2007 | 68 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧ/ | 200 | 6,2 | 8,9 | 24,8 | 205 | 0,7 |
| 2012 | 6 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 | 0 |
| 1995 | 4,1 | ЯЙЦО ОТВАРНОЕ/ | 40 | 4,9 | 4,5 | 0,3 | 61 | 0 |
| 2007 | 117 | КАКАО С МОЛОКОМ/ | 190 | 5,5 | 5,5 | 22 | 160 | 0,8 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | 0 |
| Итого | | | 500 | 20,9 | 27,7 | 74,5 | 631 | 1,5 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2003 | 136 | ФРУКТ/ | 1 | 0,7 | 0,5 | 17,9 | 82 | 3,6 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 48 | 3,6 | 4,7 | 35,3 | 198 | 0 |
| 1995 | 11,36 | ЧАЙ С САХАРОМ/ | 200 | 0,1 | | 9,8 | 40 | 0 |
| Итого | | | 249 | 4,4 | 5,2 | 63 | 320 | 3,6 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2003 | 13 | ТОМАТ СВЕЖИЙ/ | 69 | 0,8 | 0,1 | 2,6 | 17 | 17,3 |
| 2007 | 41 | СУП РЫБНЫЙ/ | 250 | 7 | 4,5 | 9,5 | 107 | 4,7 |
| 2003 | 161 | ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ ФАРШИР. КАПУСТОЙ/ | 85 | 11,6 | 18 | 6,9 | 235 | 5,1 |
| 1995 | 8,14 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ/ | 140 | 6 | 8,8 | 37,7 | 253 | 0 |
| 2007 | 122 | КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА/ | 200 | 0,5 | 0,1 | 25,8 | 108 | 0,2 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/ | 95 | 7 | 0,6 | 46,3 | 218 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ | 55 | 3,6 | 0,5 | 23,3 | 112 | 0 |
| Итого | | | 894 | 36,5 | 32,6 | 152,1 | 1050 | 27,3 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ/ | 200 | 1 | | 25,4 | 110 | 8 |
| 1995 | 5,16 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛ | 220/20 | 29,2 | 36,9 | 58,3 | 687 | 0,9 |
| Итого | | | 440 | 30,2 | 36,9 | 83,7 | 797 | 8,9 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2007 | 4 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС/ | 78 | 1,5 | 6,7 | 5,8 | 89 | 2,2 |
| 1995 | 3,81 | РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ/ | 105 | 19,2 | 1,1 | | 87 | 0,2 |
| 2007 | 53 | КАРТОФЕЛЬ, ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧ. С Р/М/ | 200 | 3,7 | 5,5 | 29,7 | 182 | 15 |
| 1995 | 11,36 | ЧАЙ С САХАРОМ/ | 200 | 0,1 | | 9,8 | 40 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/ | 55 | 4,1 | 0,3 | 26,8 | 126 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ | 10 | 0,7 | 0,1 | 4,2 | 20 | 0 |
| Итого | | | 648 | 29,3 | 13,7 | 76,3 | 544 | 17,4 |
| Ужин 2 | | | | | | | | |
| 2008 | | ЙОГУРТ/ | 232 | 6,5 | 5,8 | 10,5 | 131 | 1,6 |
| | | СУХАРИ/ | 10 | 0,9 | 1,1 | 6,5 | 39 | 0 |
| Итого | | | 242 | 7,4 | 6,9 | 17 | 170 | 1,6 |
| Всего | | | | 128,7 | 123 | 466,6 | 3512 | 60,3 |

Зав.складом

Шкурихина Е.Л.

Старшая мед.сестра

Клиновицкая Н.Л.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575816

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 14.04.2021 по 14.04.2022