

Утверждаю

И.о. директора

КГБОУ «Елизовская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

_____ /Дербенев А.А/

МЕНЮ

14 октября 2021 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
1995	6,20	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ/	200	6,5	9,7	23,5	208	0,8
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
2007	27	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	45	10	12,7		157	0,1
2007	126	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ/	200	4,8	4,7	24,1	158	0,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	50	3,7	0,3	24,3	115	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			530	26,4	40	80,5	791	1,7
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	1	0,9	0,9	21,7	104	9,2
2008		ПРЯНИКИ	35	2,1	1,6	26,3	128	0
2007	129	ОТВАР ШИПОВНИКА/	195	0,3	0,1	14,4	66	44
Итого			231	3,3	2,6	62,4	298	53,2
Обед								
2007	18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И Р/М/	75	1,2	5	6,4	74	2,6
2003	32	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ/	255/45	12,5	13,7	13,2	228	6,8
1995	3,81	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ/	125	22,3	1,3		101	0,3
2007	54	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ/	205	3,7	4,8	30,3	179	15,3
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ/	200			14,6	58	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	100	7,4	0,6	48,7	230	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			1055	50,4	25,8	134,4	972	25
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2003	492	БУЛОЧКА СДОБНАЯ ЗАПЕЧЁН/	115	10,8	13	68,3	433	0,2
Итого			315	11,8	13	93,7	543	8,2
Ужин								
2007	5	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ ИЗ Б/К/	80	1	5	9,9	89	8,4
2003	161	ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ ФАРШИР. КАПУСТОЙ/	100	13,2	19,3	7,1	254	5,9
1995	8,6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/	150	8,5	6,9	38,5	250	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,2		10,1	41	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			600	27,9	31,7	97,8	787	14,3
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	155	4,3	3,9	7	88	1,1
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
Итого			165	5,2	5	13,5	127	1,1
Всего				125	118,1	482,3	3518	103,5

Зав.складом
Шеф. повар

Ситько Е.С.
Ищенко Т.Г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575816

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 14.04.2021 по 14.04.2022