

Утверждаю

И.о. директора

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

\_\_\_\_\_ /Дербенев А.А/

## МЕНЮ

16 октября 2021 г.

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда                            | Выход      | Химический состав |              |              | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|---------------|
|                   |               |   |            | Белки, г          | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |               |
| <b>Завтрак</b>    |               |   |            |                   |              |              |                               |               |
| 2007              | 66            | КАША МОЛОЧ. "ДРУЖБА"/                         | 200        | 6,3               | 9,3          | 26,1         | 215                           | 0,8           |
| 1995              | 4,1           | ЯЙЦО ОТВАРНОЕ/                                | 40         | 4,9               | 4,5          | 0,3          | 61                            | 0             |
| 2007              | 117           | КАКАО С МОЛОКОМ/                              | 215        | 6,1               | 6,2          | 23,1         | 174                           | 0,9           |
|                   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/                               | 50         | 3,7               | 0,3          | 24,3         | 115                           | 0             |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ/                                  | 35         | 2,3               | 0,3          | 14,8         | 71                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>540</b> | <b>23,3</b>       | <b>20,6</b>  | <b>88,6</b>  | <b>636</b>                    | <b>1,7</b>    |
| <b>II Завтрак</b> |               |   |            |                   |              |              |                               |               |
| 2003              | 136           | ФРУКТ/  | 1          | 0,7               | 0,7          | 16,7         | 80                            | 7             |
| 2008              |               | ПЕЧЕНЬЕ                                       | 30         | 2,3               | 2,9          | 22,3         | 125                           | 0             |
| 1995              | 11,36         | ЧАЙ С САХАРОМ/                                | 200        | 0,1               |              | 9,8          | 39                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>231</b> | <b>3,1</b>        | <b>3,6</b>   | <b>48,8</b>  | <b>244</b>                    | <b>7</b>      |
| <b>Обед</b>       |               |   |            |                   |              |              |                               |               |
| 2007              | 14            | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С РАСТ.МАСЛОМ/       | 105        | 0,9               | 5,1          | 12,1         | 99                            | 2,5           |
| 2007              | 38            | СУП ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б/               | 250        | 4,3               | 9,3          | 15           | 160                           | 17,9          |
| 2007              | 108           | ПТИЦА ОТВАРНАЯ/                               | 100        | 19,6              | 16,9         |              | 231                           | 0,9           |
| 2007              | 53            | КАРТОФЕЛЬ, ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧ. С Р/М/            | 200        | 3,7               | 5,5          | 29,7         | 182                           | 15            |
| 2007              | 123           | КОМПОТ ИЗ СВ/М ЯГОД/                          | 200        | 0,1               | 0,1          | 15,7         | 66                            | 1,8           |
|                   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/                               | 75         | 5,5               | 0,5          | 36,5         | 172                           | 0             |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ/                                  | 30         | 2                 | 0,3          | 12,7         | 61                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>960</b> | <b>36,1</b>       | <b>37,7</b>  | <b>121,7</b> | <b>971</b>                    | <b>38,1</b>   |
| <b>Полдник</b>    |               |   |            |                   |              |              |                               |               |
| 2008              | 442           | СОК ФРУКТОВЫЙ/                                | 200        | 1                 |              | 25,4         | 110                           | 8             |
| 1995              | 5,16          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛ              | 230/20     | 29,4              | 37,2         | 58,8         | 692                           | 0,9           |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>450</b> | <b>30,4</b>       | <b>37,2</b>  | <b>84,2</b>  | <b>802</b>                    | <b>8,9</b>    |
| <b>Ужин</b>       |               |   |            |                   |              |              |                               |               |
| 2003              | 13            | ТОМАТ СВЕЖИЙ/                                 | 69         | 0,8               | 0,1          | 2,6          | 17                            | 17,3          |
| 1995              | 2,15          | БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННЫЕ/               | 95         | 14,6              | 15,9         | 5,2          | 222                           | 0,2           |
| 1995              | 7,40          | КАПУСТА ЦВЕТ.ОТВАРНАЯ,ЗАПЕЧЕН. В СОУСЕ МОЛОЧ/ | 165        | 8,8               | 10,5         | 11,2         | 175                           | 40,5          |
| 1995              | 11,36         | ЧАЙ С САХАРОМ/                                | 200        | 0,1               |              | 9,8          | 39                            | 0             |
|                   |               | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/                               | 55         | 4,1               | 0,3          | 26,8         | 126                           | 0             |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ/                                  | 30         | 2                 | 0,3          | 12,7         | 61                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>614</b> | <b>30,4</b>       | <b>27,1</b>  | <b>68,3</b>  | <b>640</b>                    | <b>58</b>     |
| <b>Ужин 2</b>     |               |   |            |                   |              |              |                               |               |
| 2007              | 120           | РЯЖЕНКА/                                      | 233        | 6,8               | 5,8          | 9,8          | 126                           | 1,9           |
|                   |               | СУХАРИ/                                       | 10         | 0,9               | 1,1          | 6,5          | 39                            | 0             |
| <b>Итого</b>      |               |   | <b>243</b> | <b>7,7</b>        | <b>6,9</b>   | <b>16,3</b>  | <b>165</b>                    | <b>1,9</b>    |
| <b>Всего</b>      |               |   |            | <b>131</b>        | <b>133,1</b> | <b>427,9</b> | <b>3458</b>                   | <b>115,6</b>  |

Зав.складом  
Старшая мед.сестра

Ситько Е.С.  
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