

Утверждаю

И.о. директора  
КГБОУ «Елизовская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»  
\_\_\_\_\_ /Дербенев А.А/

## МЕНЮ

29 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>								
1995	6,20	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ/	275	9,8	16,9	33,1	323	1,2
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	23	0,1	19,2	0,2	175	0
2007	27	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	40	8,9	11,3		140	0,1
2007	126	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ/	200	5,6	5,9	23,2	170	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	30	2,2	0,2	14,6	69	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>608</b>	<b>29,2</b>	<b>53,9</b>	<b>88,1</b>	<b>959</b>	<b>2,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2003	136	ФРУКТ/	1	0,9	0,7	23,4	107	4,7
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		13	52	0
<b>Итого</b>			<b>231</b>	<b>1,8</b>	<b>1,7</b>	<b>59,6</b>	<b>265</b>	<b>4,7</b>
<b>Обед</b>								
2007	32	РАССОЛЬНИК НА М/Б СО СМЕТАНОЙ/	300	4,2	11,2	26,4	226	11
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	250	5,4	11,2	28,7	237	13
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200	0,5	0,1	27,3	114	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	100	7,4	0,6	48,7	230	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,3	0,7	33,9	163	0
2003	12	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ/	61	0,5	0,1	1,5	9	6,1
1995	2,67	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ/	250	13,2	9,4	2,7	148	0,35
<b>Итого</b>			<b>1241</b>	<b>36,5</b>	<b>33,3</b>	<b>169,2</b>	<b>1127</b>	<b>30,65</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2008	К/к	КРУАССАН	70	5	2,9	51,2	197	0
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>6</b>	<b>2,9</b>	<b>76,6</b>	<b>307</b>	<b>8</b>
<b>Ужин</b>								
2003	13	ТОМАТ СВЕЖИЙ/	96	1,1	0,2	3,6	23	23,9
1995	8,1	РИС ОТВАРНОЙ/	185	4,2	8,7	42,8	265	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		13	52	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	53	4	0,3	26	123	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,3	0,7	33,9	163	0
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	85	13,9	6,4	2,7	125	0,1
<b>Итого</b>			<b>699</b>	<b>28,6</b>	<b>16,3</b>	<b>122</b>	<b>751</b>	<b>24</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008		ЙОГУРТ/	200	5,6	5	9	113	1,4
		СУХАРИ/	33	2,7	3,5	21,5	129	0
<b>Итого</b>			<b>233</b>	<b>8,3</b>	<b>8,5</b>	<b>30,5</b>	<b>242</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>110,4</b>	<b>116,6</b>	<b>546</b>	<b>3651</b>	<b>71,05</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