

Утверждаю

И.о. директора

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

_____ /Дербенев А.А/

МЕНЮ

22 ноября 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	6,2	КАША МАННАЯ/	200	5,8	8,4	24,7	198	0,7
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
2007	96	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)/	74	9,4	15,6	1,1	182	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			559	20,4	36,9	67,9	684	0,7
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/	1	0,7	0,7	16,7	80	7
2008		ЗЕФИР/	45	0,4		35,9	147	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
Итого			246	1,2	0,7	62,4	266	7
Обед								
2007	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ/	70	0,7	5	2,3	58	5,6
2003	32	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ/	255/45	11,8	13,1	13	217	6,4
2007	90	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ/	105	13,9	5,4	16	169	0,8
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ/	210	4,7	4,6	30,6	184	14,8
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200	0,5	0,1	25,8	108	0,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	80	5,9	0,5	38,9	184	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	10	0,7	0,1	4,2	20	0
Итого			975	38,2	28,8	130,8	940	27,8
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2008	К/к	КРУАССАН	70	5,1	3	51,6	199	0
Итого			270	6,1	3	77	309	8
Ужин								
2007	2- с	САЛАТ ИЗ КИТАЙСКОЙ КАПУСТЫ С Р/М/	65	1,5	5,1	1,8	60	27,9
1995	2,15	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННЫЕ/	80	11,6	13,3	5,2	186	0,2
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	200	4,2	6,2	24	170	11,2
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		9,8	39	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	70	5,1	0,4	34	161	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	60	4	0,5	25,4	122	0
Итого			675	26,5	25,5	100,2	738	39,3
Ужин 2								
2007	120	РЯЖЕНКА/	194	5,6	4,9	8,2	105	1,6
		СУХАРИ/	10	0,9	1,1	6,5	39	0
Итого			204	6,5	6	14,7	144	1,6
Всего				98,9	100,9	453	3081	84,4

Зав.складом
Старшая мед.сестра

Ситько Е.С.
Клиновицкая Н.Л.