

Утверждаю

Врио. директора
КГБОУ «Елизовская школа-интернат для обучающихся с ограниченными
_____ /Дербенев А.А./

МЕНЮ

5 сентября 2023 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	250	10,5	14,4	45,1	353	0,8
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
2007	27	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	40	8,9	11,3		140	0,1
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,5	46	0
2008		БАТОН	50	4,1	1,6	28,3	144	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2,1	0,3	13,4	65	0
Итого			590	25,8	44,1	98,5	898	0,9
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/БАНАН	400	3,5	1,2	48,9	224	9,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,8	48	0
Итого			630	5,9	4,1	83	397	9,6
Обед								
2007	136	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С Р/М/	100	0,7	11,8	2,2	118	3,7
2007	34	СУП КАРТОФ. С МАКАРОН. ИЗ-МИ НА К/Б/	300	3,5	2	23,5	127	4,4
2007	108	ПТИЦА ОТВАРНАЯ/	100	27,5	23,8		324	1,2
1995	7,40	КАПУСТА ЦВЕТ.ОТВАРНАЯ,ЗАПЕЧЕН. В СОУСЕ МОЛОЧ/	180	8,8	9,8	12,2	172	48,7
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200			15,5	62	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,1	0,9	73	345	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,6	0,7	35,6	171	0
Итого			1110	57,2	49	162	1319	58
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
1995	5,25	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЁННЫЕ/	170	27,4	37,1	28,2	561	0,3
Итого			370	28,4	37,1	53,6	671	8,3
Ужин								
2007	11	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С Р/М/	100	1,1	5	3,3	63	10,3
1995	2,15	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННАЯ/	100	15,7	15,5	10,3	244	0,4
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	200	4,5	8,4	26,6	201	12,3
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12,3	50	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,8	0,4	18	87	0
Итого			680	27,2	29,5	90	737	23
Ужин 2								
2007	2,1	КЕФИР/	200	5,8	5	8	106	1,4
2008	5874	СУХАРИ	10	1,1	0,1	7,3	34	0
Итого			210	6,9	5,1	15,3	140	1,4
Всего				151,4	168,9	502,4	4162	101,2

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024