

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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 МАННАЯ ВЯЗКАЯ	250	10,4	12,9	51,5	363	1
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
1995	4,1	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ/	40	4,9	4,5	0,3	61	0
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	0,3	12,7	61	0
Итого			590	21,6	35,8	104,5	825	1
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/ГРУША	280	0,8	0,6	19,6	89	3,9
2008		ВАФЛИ	30	0,9	1,1	24,7	113	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,7	48	0
Итого			510	1,8	1,7	56	250	3,9
Обед								
2007	26	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С Р/М И СЕЛЬДЬЮ/	100	11,3	19,6	3,5	236	1,9
2007	28	БОРЩ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ/	300	3,1	3,4	15,5	109	15,6
2007	100	МЯСО ОТВАРНОЕ, ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-ДОМАШН/	280	24,6	25	35,1	463	17,8
1995	11,114	КИСЕЛЬ ИЗ СВ/Ж ЯГОД/	200	0,1		25	101	0,9
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	10,8	0,9	70,9	335	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,3	0,7	33,9	163	0
Итого			1110	55,2	49,6	183,9	1407	36,2
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2007	136	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ/	100	10,9	13,7	37,8	317	0,2
Итого			300	11,9	13,7	63,2	427	8,2
Ужин								
2007	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ/	100	1	7,4	3,3	85	7,9
2003	161	ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ ФАРШИР. КАПУСТОЙ/	100	14,1	15,5	8,9	231	6,6
1995	8,14	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ/	180	7,2	14,9	45,4	344	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12,3	50	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	2,9	0,2	18,8	89	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			660	27,9	38,4	105,7	881	14,5
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	200	6,9	6,2	11,1	139	1,7
2008	5874	СУХАРИ	10	1,1	0,1	7,3	34	0
Итого			210	8	6,3	18,4	173	1,7
Всего				126,4	145,5	531,7	3963	65,5

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024