

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 сентября 2023 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	250	10	12	52,5	359	0,6
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ/	200	2,8	3	15,6	101	0,5
2008		БАТОН	50	3,5	1,4	24,2	124	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			550	18,4	33,2	105,2	795	1,1
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/ЯБЛОКИ	300	1,1	1,1	25,7	123	10,8
2008		ЗЕФИР/	30	0,2		23,9	98	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,7	47	0
Итого			530	1,4	1,1	61,3	268	10,8
Обед								
2007	11	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С Р/М/	100	1,1	5	3,3	63	10,3
2007	41	СУП РЫБНЫЙ/	300	9,3	2,2	11,4	104	5,9
1995	2,15	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННАЯ/	100	15,6	15,1	10,2	240	0,3
2007	57	РАГУ ОВОЩНОЕ/	220	4,2	12	24,6	226	20
2012	377	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	200					0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	140	10,3	0,9	67,9	320	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	70	4,7	0,6	30,2	146	0
Итого			1130	45,2	35,8	147,6	1099	36,5
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2007	135	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ/	100	6,6	11,5	43,7	306	1,4
Итого			300	7,6	11,5	69,1	416	9,4
Ужин								
2007	136	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С Р/М/	100	0,7	11,9	2,2	119	3,7
2007	87	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ/	120	16,9	3,6	9,1	137	0,5
2007	58	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ/	200	4,7	10,4	44,7	291	1,2
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12	49	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			700	28,1	26,5	104,9	772	5,4
Ужин 2								
2007	2,1	КЕФИР/	200	5,8	5	8	106	1,4
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,6	36	0
Итого			210	7	5,1	15,6	142	1,4
Всего				107,7	113,2	503,7	3492	64,6

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024