

Утверждаю

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

## МЕНЮ

14 сентября 2023 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	5,16	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ. МОЛ/	250	30,9	36,2	40,4	615	1,2
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		11,3	45	0
2008		БАТОН	50	3,5	1,4	24,2	124	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2,1	0,3	13,3	64	0
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>41,6</b>	<b>58,9</b>	<b>89,7</b>	<b>1059</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
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		11,9	48	0
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>5,9</b>	<b>4,1</b>	<b>83,1</b>	<b>397</b>	<b>9,6</b>
<b>Обед</b>								
2007	2- с	САЛАТ ИЗ КИТАЙСКОЙ КАПУСТЫ С Р/М/	100	2,3	10,2	2,6	113	41,7
2007	28	БОРЩ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ/	300	3,2	3,9	15,2	112	15,4
1995	2,39	АЗУ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ/	100	15,6	15,5	3,9	218	2,7
1995	8,6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/	180	10,3	8,4	46,8	303	0
2007	123	КОМПОТ ИЗ СВ/М ЯГОД/	200	0,1		16,3	68	1,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,4	1	75,1	354	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,6	0,7	35,8	172	0
<b>Итого</b>			<b>1110</b>	<b>48,5</b>	<b>39,7</b>	<b>195,7</b>	<b>1340</b>	<b>61,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2003	492	БУЛОЧКА СДОБНАЯ ЗАПЕЧЁН/	100	8,8	14	60,7	402	0,1
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>9,8</b>	<b>14</b>	<b>86,1</b>	<b>512</b>	<b>8,1</b>
<b>Ужин</b>								
2007	18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И Р/М/	100	1,4	6,6	7,9	96	3,5
1995	2,15	КОТЛЕТЫ КУРИНАЯ, ЗАПЕЧЁННАЯ/	100	20,2	3,4	7,9	143	0,6
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ/	230	5,2	6	35,3	218	18
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12	49	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,3	20	95	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,8	0,4	17,9	86	0
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>32,7</b>	<b>16,7</b>	<b>101</b>	<b>687</b>	<b>22,1</b>
<b>Ужин 2</b>								
2007	120	РЯЖЕНКА/	200	6,2	5,4	9	116	1,7
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,6	36	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>7,4</b>	<b>5,5</b>	<b>16,6</b>	<b>152</b>	<b>1,7</b>
<b>Всего</b>				<b>145,9</b>	<b>138,9</b>	<b>572,2</b>	<b>4147</b>	<b>103,8</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024