

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 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	9,9	14,1	43,1	339	0,7
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
2007	126	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ/	200	4,9	4,9	21,9	153	0,8
2008		БАТОН	50	3,5	1,4	24,2	124	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			590	29,3	48,5	102,1	967	1,6
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/ЯБЛОКИ	300	1,1	1,1	25,1	120	10,6
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,7	47	0
Итого			530	2	2,1	60	273	10,6
Обед								
2007	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖ. ОГУРЦОВ СО СЛАД. ПЕРЦЕМ С РАСТИТ. МАСЛОМ/	100	1,2	10,1	4	111	44,5
2007	32	РАССОЛЬНИК НА М/Б СО СМЕТАНОЙ/	300	3,9	5,5	25,2	168	9,3
1995	2,1	МЯСО ОТВАРНОЕ/	100	29,2	25,1		343	0
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	200	4,4	8,1	26,2	196	12,3
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200			15,5	62	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,1	0,9	72,8	343	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,2	0,7	33,1	159	0
Итого			1130	55	50,4	176,8	1382	66,1
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2012	496	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ ПРОМЫШ	100	4,8	14,5	45	327	0
Итого			300	5,8	14,5	70,4	437	8
Ужин								
2003	13	ТОМАТ СВЕЖИЙ/	100	1,1	0,2	3,8	24	25,1
2007	88	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ/	180	23,9	14,6	7,4	257	5,4
1995	8,1	РИС ОТВАРНОЙ/	180	4,1	5,1	43,5	236	0
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	2,6	0,3	16,5	79	0
Итого			740	34,8	20,4	102,7	737	30,5
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	200	6	5,4	9,7	122	1,5
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,6	36	0
Итого			210	7,2	5,5	17,3	158	1,5
Всего				134,1	141,4	529,3	3954	118,3

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024