

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 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								
1995	4,6	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЗАПЕЧЁННЫЙ/	210	21,4	22,5	8,1	321	0,8
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
2008		ИКРА МИНТАЯ (ПОРЦИЯМИ)	40	11,2	0,7	0,4	53	0,8
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
Итого			550	38,4	41,4	57,5	757	1,6
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/ЯБЛОКИ	250	0,9	0,9	21	100	8,8
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,8	48	0
Итого			480	1,8	1,9	56	254	8,8
Обед								
2007	18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И Р/М/	100	1,4	7,1	7,8	100	3,5
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б/	300	4,3	3,4	23	140	14,4
1995	2,33	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ/	100	15,2	17,5	3,5	231	1
1995	8,6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/	150	8,6	7	39	253	0
1995	0	ФАСОЛЬ СТРУЧКОВАЯ, ТУШЕН.В СМЕТАНЕ/	70	1,8	6,4	3	77	19,4
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200			15,6	62	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	10,9	0,9	71,5	338	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,5	0,7	35,2	169	0
Итого			1150	47,7	43	198,6	1370	38,3
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								
2007	14	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С РАСТ.МАСЛОМ/	150	1,4	11,1	14,7	166	3,7
2007	88	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ/	120	16,1	9,8	5	173	3,6
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	230	6,2	10	32,1	244	14,3
2012	128 а	ЧАЙ С ЛИМОНОМ/	200	0,1		13,2	54	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	2,9	0,2	18,9	89	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,7	0,4	17,4	84	0
Итого			780	29,4	31,5	101,3	810	22,1
Ужин 2								
2007	2,1	КЕФИР/	200	6,2	5,4	8,6	114	1,5
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,6	36	0
Итого			210	7,4	5,5	16,2	150	1,5
Всего				130,5	137,8	500	3778	80,3

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024