

Утверждаю

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

МЕНЮ

19 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	9,6	11,4	42,4	311	0,6
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
		ФИЛЕ КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ(ПОРЦИЯМИ)	60	18,5	1,5	0,3	89	0,6
2007	117	КАКАО С МОЛОКОМ/	200	5,7	5,7	20	155	0,8
2008		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2,1	0,3	13,3	64	0
Итого			610	39,8	36,9	101,9	900	2
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/БАНАН	400	3,5	1,2	48,9	224	9,6
		КОНФЕТЫ ГЛАЗИРОВАННЫЕ ШОКОЛАДОМ	30	2,2	9,3	16,5	162	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,8	48	0
Итого			630	5,8	10,5	77,2	434	9,6
Обед								
2003	12	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ/	100	0,8	0,1	2,5	14	10
2003	32	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ/	300	11,1	10,9	15,2	205	8
2012	272	БИТОЧКИ ИЗ КАЛЬМАРОВ И РЫБЫ	100	14,2	6,9	9,9	157	3
2007	57	РАГУ ОВОЩНОЕ/	200	3,8	8,3	22,3	181	18,1
2007	122	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА/	200	0,4	0,1	25	103	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,3	0,9	73,8	349	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,5	0,7	35	168	0
Итого			1130	47,1	27,9	183,7	1177	39,1
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
1995	5,25	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЁННЫЕ/	150	27,2	36,1	25,1	540	0,3
Итого			350	28,2	36,1	50,5	650	8,3
Ужин								
2007	5	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ ИЗ Б/К/	150	2,1	11,1	14,2	168	17,4
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНЬЮ/	280	24,2	13	35,3	377	31,6
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			710	32,1	24,7	98,4	770	49
Ужин 2								
2007	120	РЯЖЕНКА/	200	5,8	5	8,4	108	1,6
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,6	36	0
Итого			210	7	5,1	16	144	1,6
Всего				160	141,2	527,7	4075	109,6

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024