

Утверждаю

Врио. директора

КГ ОБУ «Елизовская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями

_____ /Дербенев А.А./

МЕНЮ

20 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 ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	250	11,3	13,2	55,8	387	0,8
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
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,5	46	0
2008		БАТОН	50	4,1	1,6	28,3	144	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	1,9	0,2	12	58	0
Итого			590	26,4	42,8	107,8	925	0,9
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
2007	122	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА/	200	0,5	0,1	26,5	111	0,2
Итого			530	2,4	2,2	74,8	337	10,8
Обед								
2007	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ/	100	1	7	3,3	82	7,9
2007	28	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ/	300	3,1	3,3	15,5	107	15,5
2007	108	ПТИЦА ОТВАРНАЯ/	100	27,5	23,8		324	1,2
2007	58	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ/	200	4,7	9,7	44,9	286	1,2
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200			15,5	62	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,3	0,9	74	349	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	4,9	0,7	31,4	151	0
Итого			1130	52,5	45,4	184,6	1361	25,8
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2007	135	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ/	100	7,1	11,6	44,2	311	1,5
Итого			300	8,1	11,6	69,6	421	9,5
Ужин								
2003	13	ТОМАТ СВЕЖИЙ/	150	1,7	0,3	5,7	36	37,7
2007	90	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ/	120	19	12,1	17,6	255	1,1
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ/	230	5,4	6,8	35,5	226	18,2
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12,3	50	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,5	0,3	15,9	77	0
Итого			780	31,7	19,7	106,5	736	57
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	200	7,1	6,3	11,4	143	1,8
2008	5874	СУХАРИ	10	1,1	0,1	7,3	34	0
Итого			210	8,2	6,4	18,7	177	1,8
Всего				129,3	128,1	562	3957	105,8

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024