

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 октября 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 МАННАЯ ВЯЗКАЯ	250	9,9	12,5	50,3	354	0,8
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		12,3	50	0
2008		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			590	20,8	35,3	101,5	807	0,8
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/ГРУША	280	1	0,8	25,2	115	5
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,8	48	0
Итого			510	1,9	1,8	60,2	269	5
Обед								
2007	26	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С Р/М И СЕЛЬДЬЮ/	100	10,6	19,6	3,5	233	1,9
2007	28	БОРЩ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ/	300	3,1	3,6	15,1	108	15,4
2007	100	МЯСО ОТВАРНОЕ, ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-ДОМАШН/	280	24,6	24,9	34,9	462	17,7
1995	11,114	КИСЕЛЬ ИЗ СВ/Ж ЯГОД/	200	0,1		25	103	1,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,1	0,9	73	345	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,3	0,7	33,9	163	0
Итого			1110	54,8	49,7	185,4	1414	36,2
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2007	136	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ/	100	11,2	13,9	39,8	328	0,2
Итого			300	12,2	13,9	65,2	438	8,2
Ужин								
2007	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ/	100	1	6,6	3,3	78	8
2003	161	ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ ФАРШИР. КАПУСТОЙ/	100	14,1	16	8,5	236	6,7
1995	8,14	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ/	180	7,1	15,2	44,9	344	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	0,4	17	82	0
Итого			660	27,9	38,4	105,2	881	14,7
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	200	5,6	5	9	113	1,4
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,6	36	0
Итого			210	6,8	5,1	16,6	149	1,4
Всего				124,4	144,2	534,1	3958	66,3

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024