

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 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								
1995	5,16	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ/	230	45,2	59,8	31,7	854	1
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ/	200	3,6	3,8	16,8	116	0,6
2008		БАТОН	60	7,1	2,7	48,5	247	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			550	58,6	83,1	113,6	1446	1,6
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/ГРУША	245	0,9	0,7	22	101	4,4
2008		ЗЕФИР/	30	0,2		23,9	98	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,8	48	0
Итого			475	1,2	0,7	57,7	247	4,4
Обед								
2007	11	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С Р/М/	100	1,1	5	3,2	63	10,3
2007	41	СУП РЫБНЫЙ/	300	9,3	2,2	11,4	104	5,8
1995	2,15	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННАЯ/	100	15,7	16,2	10,2	250	0,4
2007	57	РАГУ ОВОЩНОЕ/	220	4,2	12	24,4	226	20
1995	11,114	КИСЕЛЬ ИЗ СВ/Ж ЯГОД/	200	0,1		24,9	102	1,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	140	10	0,8	65,8	311	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	70	4,4	0,6	28,3	136	0
Итого			1130	44,8	36,8	168,2	1192	37,7
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2007	135	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ/	100	6,8	11,4	44,3	309	1,5
Итого			300	7,8	11,4	69,7	419	9,5
Ужин								
2007	136	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С Р/М/	100	0,7	12,2	2,2	122	3,7
2007	87	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ/	120	16,8	4	9	139	0,4
2007	58	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ/	200	4,7	10,6	44,7	293	1,2
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12,3	50	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	2,9	0,2	18,8	89	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,3	16,4	79	0
Итого			700	27,8	27,3	103,4	772	5,3
Ужин 2								
2007	2,1	КЕФИР/	200	5,8	5	8	106	1,4
2008	5874	СУХАРИ	10	1,1	0,1	7,3	34	0
Итого			210	6,9	5,1	15,3	140	1,4
Всего				147,1	164,4	527,9	4216	59,9

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024