

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 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	4,6	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЗАПЕЧЁННЫЙ/	210	21,3	22	7,3	313	0,7
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		12,3	50	0
2008		БАТОН	50	3,1	1,2	21,2	108	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	1,8	0,2	11,7	56	0
Итого			550	37,6	40,6	53,1	730	1,5
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/ЯБЛОКИ	250	0,9	0,9	21	100	8,8
2008		ПРЯНИКИ	30	1,8	1,4	22,5	110	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,8	48	0
Итого			480	2,8	2,3	55,3	258	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	3,6	233	1
1995	8,6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/	150	8,6	7	39	253	0
1995	0	ФАСОЛЬ СТРУЧКОВАЯ, ТУШЕН.В СМЕТАНЕ/	70	1,9	6,6	3,1	81	20,2
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200			15,5	62	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,3	0,9	74,4	351	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	4,9	0,7	31,6	152	0
Итого			1150	47,6	43,2	198	1372	39,1
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	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	230	5,8	10,1	34,4	253	16,1
1995	2,15	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННАЯ/	120	19,2	18,8	16,5	312	0,4
2012	128 а	ЧАЙ С ЛИМОНОМ/	200	0,1		13,2	54	0,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,3	20	95	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,5	0,3	16	77	0
Итого			780	32	40,6	114,8	957	20,7
Ужин 2								
2007	2,1	КЕФИР/	200	5,8	5	8	106	1,4
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,6	36	0
Итого			210	7	5,1	15,6	142	1,4
Всего				132,8	146,3	507,2	3896	79,5

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024