

Утверждаю

Врио. директора

КГБОУ «Елизовская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями

\_\_\_\_\_ /Дербенев А.А./

## МЕНЮ

18 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	250	13,2	14,4	60,1	425	1,2
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		12,3	50	0
2008		БАТОН	50	6,2	2,4	42,4	216	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2,2	0,3	13,8	66	0
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>30,7</b>	<b>44,9</b>	<b>128,8</b>	<b>1047</b>	<b>1,3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2003	136	ФРУКТ/БАНАН	260	2,3	0,8	32,8	150	15,6
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2007	122	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА/	200	0,5	0,1	26,8	112	0,2
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>3,6</b>	<b>1,9</b>	<b>82,8</b>	<b>368</b>	<b>15,8</b>
<b>Обед</b>								
2007	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ/	100	1	6,9	3,3	81	7,9
2007	28	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ/	300	3,2	3,8	15,2	111	15,5
2007	108	ПТИЦА ОТВАРНАЯ/	100	27,5	23,8		324	1,2
2007	58	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ/	200	4,7	10,6	44,8	293	1,2
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200			15,5	62	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,3	0,9	74,1	350	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,7	0,8	36,6	176	0
<b>Итого</b>			<b>1130</b>	<b>53,4</b>	<b>46,8</b>	<b>189,5</b>	<b>1397</b>	<b>25,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2007	135	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ/	100	7,3	11,8	44,9	318	1,5
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>8,3</b>	<b>11,8</b>	<b>70,3</b>	<b>428</b>	<b>9,5</b>
<b>Ужин</b>								
2003	13	ТОМАТ СВЕЖИЙ/	150	1,7	0,3	5,7	36	37,5
2007	90	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ/	120	19,6	13,8	17,9	274	1,1
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ/	230	5,4	7,1	35,9	231	18
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,8	48	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,9	0,4	18,7	90	0
<b>Итого</b>			<b>780</b>	<b>32,7</b>	<b>21,8</b>	<b>109,5</b>	<b>771</b>	<b>56,6</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008		ЙОГУРТ/	200	9	8	14,4	181	2,2
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,8	37	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>10,2</b>	<b>8,1</b>	<b>22,2</b>	<b>218</b>	<b>2,2</b>
<b>Всего</b>				<b>138,9</b>	<b>135,3</b>	<b>603,1</b>	<b>4229</b>	<b>111,2</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024