

Утверждаю

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

## МЕНЮ

23 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	250	10,5	14,4	43,5	347	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
2007	126	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ/	200	4,5	4,7	20,6	143	0,8
2008		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>29,8</b>	<b>48,7</b>	<b>102,7</b>	<b>972</b>	<b>1,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2003	136	ФРУКТ/ЯБЛОКИ	300	1	1	23,4	112	9,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,9	48	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>3,4</b>	<b>3,9</b>	<b>57,6</b>	<b>285</b>	<b>9,8</b>
<b>Обед</b>								
2007	18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И Р/М/	100	1,4	7,1	7,8	100	3,5
2007	30	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б/	300	3,1	4,6	15,8	118	17,8
2007	91	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРН. ГОВЯД./	100	15,3	16,9	3,5	228	0,5
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	230	5,1	8,7	33,3	232	16
1995	11,114	КИСЕЛЬ ИЗ СВ/Ж ЯГОД/	200	0,1		25	102	1,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,1	0,9	73	345	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,3	0,7	33,9	163	0
<b>Итого</b>			<b>1160</b>	<b>41,4</b>	<b>38,9</b>	<b>192,3</b>	<b>1288</b>	<b>39</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2008	К/к	КРУАССАН	70	2,5	1,5	25,6	99	0
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>3,5</b>	<b>1,5</b>	<b>51</b>	<b>209</b>	<b>8</b>
<b>Ужин</b>								
2003	12	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ/	150	1,2	0,2	3,8	21	15
1995	2,67	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ/	280	25,5	28,6	37,7	510	17,2
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,6	47	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>32,4</b>	<b>29,4</b>	<b>89,6</b>	<b>752</b>	<b>32,2</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008		ЙОГУРТ/	200	5,6	5	9	113	1,4
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,6	36	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>6,8</b>	<b>5,1</b>	<b>16,6</b>	<b>149</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>117,3</b>	<b>127,5</b>	<b>509,8</b>	<b>3655</b>	<b>92,1</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024