

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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	10,8	13,9	49,3	365	1,1
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	18,2	0,2	165	0
		ФИЛЕ КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ(ПОРЦИЯМИ)	60	18,5	1,5	0,3	89	0,6
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,3	45	0
2008		БАТОН	50	3,5	1,4	24,2	124	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	1,8	0,2	11,5	55	0
Итого			610	34,8	35,2	96,8	843	1,7
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/ГРУША	300	1,1	0,8	27	123	5,4
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,9	48	0
Итого			530	2	1,8	62,1	277	5,4
Обед								
2007	4	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС/	100	1,8	8,6	7,5	116	2,8
2007	31	ЩИ ЗЕЛЁНЫЕ СО СМЕТАНОЙ, ЯЙЦОМ НА М/Б/	300	5,1	6,9	8,8	122	15,2
2007	95	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ/	280	23,7	25,3	35,2	462	17,2
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200			15,4	62	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,2	0,9	73,5	347	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	4,8	0,6	30,9	149	0
Итого			1110	46,6	42,3	171,3	1258	35,2
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
1995	5,25	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЁННЫЕ/	150	25,4	32,5	24,9	497	0,3
Итого			350	26,4	32,5	50,3	607	8,3
Ужин								
2007	2	ВИНЕГРЕТ/	150	2,5	11,1	13,4	163	6,5
2007	87	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ/	120	16,8	4	9	139	0,4
2007	58	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ/	200	4,6	4,6	44,6	238	1,2
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12,3	50	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,4	0,3	15,4	74	0
Итого			750	29,4	20,2	114,2	756	8,1
Ужин 2								
2007	120	РЯЖЕНКА/	200	5,8	5	8,4	108	1,6
2008	5874	СУХАРИ	10	1,1	0,1	7,3	34	0
Итого			210	6,9	5,1	15,7	142	1,6
Всего				146,1	137,1	510,4	3883	60,3

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024