

Утверждаю

Врио. директора

КГ ОБУ «Елизовская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями

_____ /Дербенев А.А./

МЕНЮ

7 ноября 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 ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	250	12,2	13	54,8	386	1
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	13,2	0,1	120	0
2007	27	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	40	8,9	11,3		140	0,1
2007	126	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ/	200	5,3	5,4	23,7	167	0,9
2008		БАТОН	50	5	1,9	33,9	173	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2,1	0,3	13,6	65	0
Итого			585	33,6	45,1	126,1	1051	2
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/ЯБЛОКО	300	1,1	1,1	25,9	124	10,9
2008		ПРЯНИКИ	30	2,2	1,7	27,5	134	0
2007	122	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА/	200	0,5	0,2	29,1	122	0,3
Итого			530	3,8	3	82,5	380	11,2
Обед								
2007	14	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С РАСТ.МАСЛОМ/	100	0,9	6,7	10,2	106	2,4
2007	30	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б/	300	3,2	4,2	15,9	115	18,5
1995	2,33	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ/	100	15,8	17,9	4,1	240	1,8
1995	8,14	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ/	180	7,2	12,9	45,7	327	0
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ/	200			16,1	65	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,1	0,9	73	345	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,5	0,7	34,9	168	0
Итого			1110	43,7	43,3	199,9	1366	22,7
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2008	К/к	КРУАССАН	70	5	2,9	51,2	197	0
Итого			270	6	2,9	76,6	307	8
Ужин								
2007	2	ВИНЕГРЕТ/	100	2,9	6,7	13,2	126	7,1
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	110	21	8,5	4,2	177	0,3
1995	8,6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/	180	10,2	6,6	46,2	285	0
2012	128 а	ЧАЙ С ЛИМОНОМ/	200	0,2		13,3	55	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			670	40,1	22,4	114,1	820	8,4
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	200	6,3	5,6	10,1	126	1,6
2008	5874	СУХАРИ	10	1,1	0,1	7,3	34	0
Итого			210	7,4	5,7	17,4	160	1,6
Всего				134,6	122,4	616,6	4084	53,9

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024