

Утверждаю

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

## МЕНЮ

8 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		
<b>Завтрак</b>								
1995	5,16	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ. МОЛ/	230	41,3	49,1	39,3	770	0,9
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ/	200	3,1	3,3	16,1	107	0,6
2008		БАТОН	60	3,5	1,4	24,2	124	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,7	0,4	17,6	85	0
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>50,7</b>	<b>70,7</b>	<b>97,4</b>	<b>1236</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2003	136	ФРУКТ/ГРУША	245	0,8	0,6	20,9	95	4,2
2008		ЗЕФИР/	30	0,3		31,9	130	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,3	45	0
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>1,2</b>	<b>0,6</b>	<b>64,1</b>	<b>270</b>	<b>4,2</b>
<b>Обед</b>								
2007	11	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С Р/М/	100	1,1	4,3	3,3	56	10,3
2007	41	СУП РЫБНЫЙ/	300	9,2	1,8	11,6	100	6,4
1995	2,15	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННАЯ/	100	15,5	16	10,6	248	0,3
2007	57	РАГУ ОВОЩНОЕ/	220	4,1	9,3	25	203	19,7
1995	11,114	КИСЕЛЬ ИЗ СВ/Ж ЯГОД/	200			24,6	100	0,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	140	10,1	0,8	66,1	312	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	70	4,8	0,6	30,9	149	0
<b>Итого</b>			<b>1130</b>	<b>44,8</b>	<b>32,8</b>	<b>172,1</b>	<b>1168</b>	<b>37,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2007	135	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ/	100	6,7	9,9	44,7	295	1,5
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>7,7</b>	<b>9,9</b>	<b>70,1</b>	<b>405</b>	<b>9,5</b>
<b>Ужин</b>								
2007	136	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С Р/М/	100	0,8	7	2,3	76	3,9
2007	87	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ/	120	16,8	3	9,6	133	0,5
2007	58	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ/	200	4,7	9,7	44,6	284	1,2
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,3	45	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	2,8	0,2	18,8	89	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,7	0,4	17,6	85	0
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>27,9</b>	<b>20,3</b>	<b>104,2</b>	<b>712</b>	<b>5,6</b>
<b>Ужин 2</b>								
2007	2,1	КЕФИР/	200	5,8	5	8	106	1,4
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,7	36	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>7</b>	<b>5,1</b>	<b>15,7</b>	<b>142</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>139,3</b>	<b>139,4</b>	<b>523,6</b>	<b>3933</b>	<b>59,3</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024