

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 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								
1995	4,6	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЗАПЕЧЁННЫЙ/	210	20,8	21,9	7	308	0,7
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	18,6	0,2	168	0
2008		ИКРА МИНТАЯ (ПОРЦИЯМИ)	40	19,9	1,3	0,8	94	1,4
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	2	0,3	12,7	61	0
Итого			550	46,4	43,5	56,2	800	2,1
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/ЯБЛОКИ	250	0,9	0,9	21	100	8,8
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,3	45	0
Итого			480	1,8	1,9	55,5	251	8,8
Обед								
2007	18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И Р/М/	100	1,4	4,3	7,7	74	3,4
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б/	300	2,6	4,8	16,7	122	9,8
1995	2,33	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ/	100	15,4	15,4	3,8	215	1,6
1995	8,6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/	150	8,6	7	39	253	0
1995	0	ФАСОЛЬ СТРУЧКОВАЯ, ТУШЕН.В СМЕТАНЕ/	70	2,1	4,8	3,5	67	23,4
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200			15,2	61	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11	0,9	72,4	341	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,3	0,7	33,9	163	0
Итого			1150	46,4	37,9	192,2	1296	38,2
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2012	496	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ ПРОМЫШ	100	4,8	14,5	45	327	0
Итого			300	5,8	14,5	70,4	437	8
Ужин								
2007	14	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С РАСТ.МАСЛОМ/	150	1,4	7,2	14,6	130	3,6
1995	2,15	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННАЯ/	120	18,9	18,5	15,7	304	0,4
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	230	5,7	10,9	34,3	260	16,2
2012	128 а	ЧАЙ С ЛИМОНОМ/	200	0,2		12,8	53	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			780	31,8	37,2	113,9	921	21,2
Ужин 2								
2007	2,1	КЕФИР/	200	8,4	7,3	11,6	154	2
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,7	36	0
Итого			210	9,6	7,4	19,3	190	2
Всего				141,8	142,4	507,5	3895	80,3

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024