

Утверждаю

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

## МЕНЮ

14 ноября 2023 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
		ФИЛЕ КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ(ПОРЦИЯМИ)	60	18,5	1,5	0,3	89	0,6
2007	117	КАКАО С МОЛОКОМ/	200	5,9	5,8	20,3	159	0,8
2008		БАТОН	50	3,5	1,4	24,2	124	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	250	10,5	14,8	42,9	348	0,8
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>40,5</b>	<b>40,3</b>	<b>100,6</b>	<b>931</b>	<b>2,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2003	136	ФРУКТ/АПЕЛЬСИН	250	1,5	0,3	13,2	70	40,2
		КОНФЕТЫ ГЛАЗИРОВАННЫЕ ШОКОЛАДОМ	30	2,2	9,3	16,5	162	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,3	45	0
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>3,8</b>	<b>9,6</b>	<b>41</b>	<b>277</b>	<b>40,2</b>
<b>Обед</b>								
2003	12	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ/	100	0,8	0,1	2,5	14	10
2003	32	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ/	300	11,2	10,8	15,3	204	7,9
2012	272	БИТОЧКИ ИЗ КАЛЬМАРОВ И РЫБЫ	100	23,1	7,6	10	200	7
2007	57	РАГУ ОВОЩНОЕ/	200	3,8	9,3	23,1	194	18,1
2007	122	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА/	200	0,4	0,1	25,7	106	0
		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>1130</b>	<b>55,7</b>	<b>29,5</b>	<b>183,5</b>	<b>1226</b>	<b>43</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
1995	5,25	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЁННЫЕ/	150	24,5	33,3	25,1	502	0,3
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>25,5</b>	<b>33,3</b>	<b>50,5</b>	<b>612</b>	<b>8,3</b>
<b>Ужин</b>								
2007	5	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ ИЗ Б/К/	150	2,1	11,4	14	170	17,5
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНЬЮ/	280	24	13,5	35,3	380	31,5
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,3	45	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>31,8</b>	<b>25,5</b>	<b>97,1</b>	<b>769</b>	<b>49</b>
<b>Ужин 2</b>								
2007	120	РЯЖЕНКА/	200	5,8	5	8,4	108	1,6
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>16,1</b>	<b>144</b>	<b>1,6</b>
<b>Всего</b>				<b>164,3</b>	<b>143,3</b>	<b>488,8</b>	<b>3959</b>	<b>144,3</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024