

Утверждаю

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

## МЕНЮ

21 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>								
2008	184	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	250	10,5	13,5	48,5	359	0,9
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
1995	4,1	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ/	40	4,9	4,5	0,3	61	0
2007	117	КАКАО С МОЛОКОМ/	200	6,2	6,3	21,5	170	0,9
2008		БАТОН	50	4,1	1,6	28,3	144	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>27,8</b>	<b>42,7</b>	<b>111,5</b>	<b>945</b>	<b>1,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2003	136	ФРУКТ/АПЕЛЬСИН	270	1,6	0,4	14,3	76	43,4
		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>500</b>	<b>3,9</b>	<b>9,7</b>	<b>42,1</b>	<b>283</b>	<b>43,4</b>
<b>Обед</b>								
2007	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖ. ОГУРЦОВ СО СЛАД. ПЕРЦЕМ С РАСТИТ. МАСЛОМ/	100	1,2	10,1	4	111	44,5
2007	32	РАССОЛЬНИК НА М/Б СО СМЕТАНОЙ/	300	4,1	4,8	26,5	168	10,2
2007	100	МЯСО ОТВАРНОЕ, ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-ДОМАШН/	280	24,5	25	35	462	17,6
2008	436	КОМПОТ ИЗ ЛИМОНА/	200	0,2		25,7	105	13
		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>1110</b>	<b>46,4</b>	<b>41,5</b>	<b>198,1</b>	<b>1354</b>	<b>85,3</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2003	493	БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ПОМАДКОЙ ЗАПЕЧЁН/	80	6,9	11,2	48,4	320	0
<b>Итого</b>			<b>280</b>	<b>7,9</b>	<b>11,2</b>	<b>73,8</b>	<b>430</b>	<b>8</b>
<b>Ужин</b>								
2007	14	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С РАСТ.МАСЛОМ/	100	0,9	7,1	9,7	107	2,4
2007	102	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ/	100	18	5,9	4,2	164	13,7
1995	8,14	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ/	130	5,1	10,9	32,3	248	0
1995	8,32	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ ТУШЕНЫЙ/	70	1,3	4,3	5,2	64	43,1
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>680</b>	<b>31</b>	<b>28,8</b>	<b>99,2</b>	<b>802</b>	<b>59,2</b>
<b>Ужин 2</b>								
2007	2,1	КЕФИР/	200	6,8	5,9	9,4	124	1,6
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,7	36	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>17,1</b>	<b>160</b>	<b>1,6</b>
<b>Всего</b>				<b>125</b>	<b>139,9</b>	<b>541,8</b>	<b>3974</b>	<b>199,3</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024