

Утверждаю

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

## МЕНЮ

22 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 ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	250	12,3	13,8	45,7	359	1
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
		ФИЛЕ КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ(ПОРЦИЯМИ)	60	16,5	1,4	0,3	79	0,5
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12,3	50	0
2008		БАТОН	50	3,1	1,2	21,2	108	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>34,1</b>	<b>33,2</b>	<b>92,4</b>	<b>807</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2003	136	ФРУКТ/ГРУША	300	1,1	0,8	27	123	5,4
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12	49	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>2</b>	<b>1,8</b>	<b>62,2</b>	<b>278</b>	<b>5,4</b>
<b>Обед</b>								
2007	31	ЩИ ЗЕЛЁНЫЕ СО СМЕТАНОЙ, ЯЙЦОМ НА М/Б/	300	5,6	6,9	9,1	124	17,8
2007	4	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС/	100	1,8	8,6	7,5	116	2,8
2007	95	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ/	280	24,4	28,6	35,2	494	17,2
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200			15	60	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>1110</b>	<b>48,2</b>	<b>45,7</b>	<b>173,7</b>	<b>1302</b>	<b>37,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
1995	5,25	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЁННЫЕ/	150	24,8	33,8	24,1	505	0,3
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>25,8</b>	<b>33,8</b>	<b>49,5</b>	<b>615</b>	<b>8,3</b>
<b>Ужин</b>								
2007	2	ВИНЕГРЕТ/	150	2,8	21,7	14,2	265	7,2
2007	87	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ/	120	12,6	5,5	9,1	136	0,4
2007	58	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ/	200	4,6	5,1	44,6	243	1,2
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12	49	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>750</b>	<b>25,7</b>	<b>32,9</b>	<b>116,4</b>	<b>867</b>	<b>8,8</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	7,6	36	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>7</b>	<b>5,1</b>	<b>16</b>	<b>144</b>	<b>1,6</b>
<b>Всего</b>				<b>142,8</b>	<b>152,5</b>	<b>510,2</b>	<b>4013</b>	<b>63,4</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024