

Утверждаю

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

## МЕНЮ

27 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	4,6	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЗАПЕЧЁННЫЙ/	210	19,3	20,3	4,9	280	0,4
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
2008		ИКРА МИНТАЯ (ПОРЦИЯМИ)	40	11,2	0,7	0,4	53	0,8
2007	126	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ/	200	4,3	4,4	20,3	139	0,7
2008		БАТОН	50	3,5	1,4	24,2	124	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>40,4</b>	<b>43,6</b>	<b>62,7</b>	<b>807</b>	<b>1,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2003	136	ФРУКТ/ЯБЛОКО	280	1	1	23,4	112	9,8
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА/	200	0,5	0,1	28,5	117	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>2,3</b>	<b>2,1</b>	<b>75,1</b>	<b>335</b>	<b>9,8</b>
<b>Обед</b>								
2007	4	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС/	100	1,8	8,6	7,5	116	2,8
2007	41	СУП РЫБНЫЙ/	300	9,3	2,6	11,4	107	5,9
2007	106	ТЕФТЕЛИ МЯСО-КРУПЯНЫЕ/	100	15	16,7	7,3	239	1
2007	53	КАРТОФЕЛЬ, ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧ. С Р/М/	200	4	5,7	32,7	198	16,5
2007	123	КОМПОТ ИЗ СВ/М ЯГОД/	200	0,1		16,4	68	1,2
		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>46,6</b>	<b>35,2</b>	<b>182,2</b>	<b>1236</b>	<b>27,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2008	К/к	КРУАССАН	70	5	2,9	51,2	197	0
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>6</b>	<b>2,9</b>	<b>76,6</b>	<b>307</b>	<b>8</b>
<b>Ужин</b>								
2007	18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И Р/М/	150	1,9	11	11,6	153	5,2
2012	251	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	16	16,8	7,7	245	0,4
2007	76	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ/	220	11	14	43,7	345	0
2012	128 а	ЧАЙ С ЛИМОНОМ/	200	0,1		12,4	51	0,5
		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>770</b>	<b>34,6</b>	<b>42,4</b>	<b>111,9</b>	<b>968</b>	<b>6,1</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008		ЙОГУРТ/	200	5,6	5	9	113	1,4
2008	5874	СУХАРИ	10	1,1	0,1	7,3	34	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>6,7</b>	<b>5,1</b>	<b>16,3</b>	<b>147</b>	<b>1,4</b>
<b>Всего</b>				<b>136,6</b>	<b>131,3</b>	<b>524,8</b>	<b>3800</b>	<b>54,6</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024