

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		
Завтрак								
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
Итого			550	40,4	43,6	62,7	807	1,9
II Завтрак								
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
Итого			510	2,3	2,1	75,1	335	9,8
Обед								
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
Итого			1130	46,6	35,2	182,2	1236	27,4
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2008	К/к	КРУАССАН	70	5	2,9	51,2	197	0
Итого			270	6	2,9	76,6	307	8
Ужин								
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
Итого			770	34,6	42,4	111,9	968	6,1
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	200	5,6	5	9	113	1,4
2008	5874	СУХАРИ	10	1,1	0,1	7,3	34	0
Итого			210	6,7	5,1	16,3	147	1,4
Всего				136,6	131,3	524,8	3800	54,6

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024