

Утверждаю

Врио. директора

КГБОУ «Елизовская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями

\_\_\_\_\_ /Дербенев А.А./

## МЕНЮ

30 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 МАННАЯ ВЯЗКАЯ	250	9,9	12,7	47,7	345	0,9
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	17,7	0,2	160	0
1995	4,1	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ/	40	4,9	4,5	0,3	61	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,3	45	0
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>590</b>	<b>20,5</b>	<b>36,6</b>	<b>96,4</b>	<b>796</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
2003	136	ФРУКТ/ГРУША	280	1	0,8	25,2	115	5
2008		ВАФЛИ	30	1,1	1,2	29	133	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12,3	50	0
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>2,2</b>	<b>2</b>	<b>66,5</b>	<b>298</b>	<b>5</b>
<b>Обед</b>								
2007	26	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С Р/М И СЕЛЬДЬЮ/	100	10,6	19,5	3,5	232	1,9
2007	28	БОРЩ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ/	300	3,1	3,5	15,9	111	16
2007	100	МЯСО ОТВАРНОЕ, ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-ДОМАШН/	280	24,5	25,1	34,8	462	17,5
1995	11,114	КИСЕЛЬ ИЗ СВ/Ж ЯГОД/	200	0,1		24,3	100	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>1110</b>	<b>54,7</b>	<b>49,7</b>	<b>185,4</b>	<b>1413</b>	<b>36,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2007	136	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ/	100	10,7	14	38,8	322	0,1
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>11,7</b>	<b>14</b>	<b>64,2</b>	<b>432</b>	<b>8,1</b>
<b>Ужин</b>								
2007	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ/	100	1	7,4	3,3	85	7,9
2003	161	ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ ФАРШИР. КАПУСТОЙ/	100	14	15,4	8,5	229	6,6
1995	8,14	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ/	180	7,2	15,9	45,5	353	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12,3	50	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>660</b>	<b>27,9</b>	<b>39,3</b>	<b>106,1</b>	<b>891</b>	<b>14,5</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008		ЙОГУРТ/	200	6	5,4	9,7	122	1,5
2008	5874	СУХАРИ	10	1,1	0,1	7,3	34	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>7,1</b>	<b>5,5</b>	<b>17</b>	<b>156</b>	<b>1,5</b>
<b>Всего</b>				<b>124,1</b>	<b>147,1</b>	<b>535,6</b>	<b>3986</b>	<b>66,6</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024