

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 декабря 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								
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	250	12	14	52,1	383	1,1
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,1	12,4	0,1	112	0
		ФИЛЕ КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ(ПОРЦИЯМИ)	60	22	1,7	0,4	105	0,7
2007	126	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ/	200	5,9	6,2	23,7	176	1
2008		БАТОН	50	4,1	1,6	28,3	144	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			605	46,1	36,2	117,3	981	2,8
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/АПЕЛЬСИН	300	2	0,5	18,4	98	56,3
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2007	129	ОТВАР ШИПОВНИКА/	200	0,5	0,2	15,7	77	69,1
Итого			530	3,3	1,7	57,3	281	125,4
Обед								
2007	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ/	100	1	7	3,4	83	8,3
2007	30	ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б/	300	3,2	5,1	16,6	126	17,9
1995	2,33	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ/	100	15,2	18,1	3,2	237	1,1
1995	8,14	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ/	180	7,1	13,5	45	329	0
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ/	200			15,2	61	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11	0,9	72,4	341	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,3	0,7	33,9	163	0
Итого			1110	42,8	45,3	189,7	1340	27,3
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2003	493	БУЛОЧКА СДОБНАЯ С ПОМАДКОЙ ЗАПЕЧЁН/	80	7	11,2	48,5	321	0
Итого			280	8	11,2	73,9	431	8
Ужин								
2007	2	ВИНЕГРЕТ/	100	2,6	7,1	11	120	6,1
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	110	18,3	8	3,8	160	0,3
1995	8,6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/	180	10,1	7,2	45,9	289	0
2012	128 а	ЧАЙ С ЛИМОНОМ/	200	0,2		12,8	53	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			670	36,8	22,9	110	796	7,4
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	200	7,1	6,4	11,5	144	1,8
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,7	36	0
Итого			210	8,3	6,5	19,2	180	1,8
Всего				145,3	123,8	567,4	4009	172,7

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024