

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 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 | | | | | | | | |
| 1995 | 5,16 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ. МОЛ/ | 230 | 33,2 | 39,3 | 38,9 | 647 | 1 |
| 2012 | 6 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 20 | 0,1 | 16,5 | 0,2 | 150 | 0 |
| 2012 | 394 | ЧАЙ С МОЛОКОМ/ | 200 | 3,3 | 3,5 | 16,3 | 111 | 0,6 |
| 2008 | | БАТОН | 60 | 3,5 | 1,4 | 24,2 | 124 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ | 40 | 2,6 | 0,4 | 17 | 82 | 0 |
| Итого | | | 550 | 42,7 | 61,1 | 96,6 | 1114 | 1,6 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2003 | 136 | ФРУКТ/ГРУША | 245 | 1,4 | 1 | 34,9 | 160 | 7 |
| 2008 | | ЗЕФИР/ | 30 | 0,3 | | 34,6 | 141 | 0 |
| 1995 | 11,36 | ЧАЙ С САХАРОМ/ | 200 | 0,1 | | 12,3 | 50 | 0 |
| Итого | | | 475 | 1,8 | 1 | 81,8 | 351 | 7 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2007 | 11 | САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С Р/М/ | 100 | 1,1 | 3,7 | 3,3 | 52 | 10,3 |
| 2007 | 41 | СУП РЫБНЫЙ/ | 300 | 9,6 | 2,7 | 11,8 | 111 | 5,8 |
| 1995 | 2,15 | КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННАЯ/ | 100 | 15,5 | 15,5 | 10,1 | 242 | 0,3 |
| 2007 | 57 | РАГУ ОВОЩНОЕ/ | 220 | 4,4 | 9,5 | 26,1 | 210 | 20,4 |
| 1995 | 11,114 | КИСЕЛЬ ИЗ СВ/Ж ЯГОД/ | 200 | 0,1 | | 25,2 | 103 | 1 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/ | 140 | 10,5 | 0,9 | 68,8 | 325 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ | 70 | 4,6 | 0,6 | 29,7 | 143 | 0 |
| Итого | | | 1130 | 45,8 | 32,9 | 175 | 1186 | 37,8 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ/ | 200 | 1 | | 25,4 | 110 | 8 |
| 2007 | 135 | ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ/ | 100 | 6,6 | 8,8 | 44 | 284 | 1,5 |
| Итого | | | 300 | 7,6 | 8,8 | 69,4 | 394 | 9,5 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2007 | 136 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С Р/М/ | 100 | 0,7 | 8,5 | 2,1 | 88 | 3,5 |
| 2007 | 87 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ/ | 120 | 17,4 | 2,8 | 9 | 131 | 0,4 |
| 2007 | 58 | РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ/ | 200 | 4,7 | 10,6 | 44,7 | 293 | 1,2 |
| 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 |
| Итого | | | 700 | 28,5 | 22,5 | 104,6 | 736 | 5,1 |
| Ужин 2 | | | | | | | | |
| 2007 | 2,1 | КЕФИР/ | 200 | 7,3 | 6,3 | 10,1 | 134 | 1,8 |
| 2008 | 5874 | СУХАРИ | 10 | 1,1 | 0,1 | 7,3 | 34 | 0 |
| Итого | | | 210 | 8,4 | 6,4 | 17,4 | 168 | 1,8 |
| Всего | | | | 134,8 | 132,7 | 544,8 | 3949 | 62,8 |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024