

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 декабря 2023 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
1995	4,6	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЗАПЕЧЁННЫЙ/	210	21,2	22,5	7,1	318	0,7
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
2008		ИКРА МИНТАЯ (ПОРЦИЯМИ)	40	14	0,9	0,6	66	1
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,5	46	0
2008		БАТОН	50	4,1	1,6	28,3	144	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			550	41,5	41,8	60,4	785	1,7
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/ЯБЛОКИ	250	0,9	0,9	21	100	8,8
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,3	45	0
Итого			480	1,8	1,9	55,5	251	8,8
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	70	1	4,3	5,6	64	2,6
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б/	300	2,6	9,5	16,8	165	9,6
1995	2,33	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ/	100	15,2	19,5	3,2	249	1,1
1995	8,6	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/	150	8,6	7	39	253	0
1995	0	ФАСОЛЬ СТРУЧКОВАЯ, ТУШЕН.В СМЕТАНЕ/	70	2,4	6,9	4	88	25,9
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200			15,2	61	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,1	0,9	73	345	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,3	0,7	33,9	163	0
Итого			1120	46,2	48,8	190,7	1388	39,2
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2012	496	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ ПРОМЫШ	100	4,8	14,5	45	327	0
Итого			300	5,8	14,5	70,4	437	8
Ужин								
2007	14	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С РАСТ.МАСЛОМ/	150	1,4	12,7	14,6	180	3,6
1995	2,15	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННАЯ/	120	18,9	18,5	15,7	305	0,4
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	230	5,7	9,8	34,4	250	16,2
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			780	31,8	41,6	114	962	21,2
Ужин 2								
2007	2,1	КЕФИР/	200	8,1	7	11,2	148	2
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,7	36	0
Итого			210	9,3	7,1	18,9	184	2
Всего				136,4	155,7	509,9	4007	80,9

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024