

Утверждаю

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

## МЕНЮ

11 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		
<b>Завтрак</b>								
1995	4,6	ОМПЕТ 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
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>41,5</b>	<b>41,8</b>	<b>60,4</b>	<b>785</b>	<b>1,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>1,8</b>	<b>1,9</b>	<b>55,5</b>	<b>251</b>	<b>8,8</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>1120</b>	<b>46,2</b>	<b>48,8</b>	<b>190,7</b>	<b>1388</b>	<b>39,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2012	496	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ ПРОМЫШ	100	4,8	14,5	45	327	0
<b>Итого</b>			<b>300</b>	<b>5,8</b>	<b>14,5</b>	<b>70,4</b>	<b>437</b>	<b>8</b>
<b>Ужин</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>780</b>	<b>31,8</b>	<b>41,6</b>	<b>114</b>	<b>962</b>	<b>21,2</b>
<b>Ужин 2</b>								
2007	2,1	КЕФИР/	200	8,1	7	11,2	148	2
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,7	36	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>9,3</b>	<b>7,1</b>	<b>18,9</b>	<b>184</b>	<b>2</b>
<b>Всего</b>				<b>136,4</b>	<b>155,7</b>	<b>509,9</b>	<b>4007</b>	<b>80,9</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024