

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 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 ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	250	12,2	14,4	54,5	397	1,1
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
2007	27	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	40	9,8	12,5		154	0,1
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,2		11,9	48	0
2008		БАТОН	50	5	1,9	33,9	173	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			590	29,3	45,6	113,2	983	1,2
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/БАНАН	260	2,4	0,8	33,3	152	15,8
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2007	122	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА/	200	0,5	0,2	28,6	120	0,3
Итого			490	3,7	2	85,1	378	16,1
Обед								
2007	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ/	100	1,3	8,1	3,3	92	9,7
2007	28	БОРЩ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ/	300	3	4	16,5	115	15,2
2007	108	ПТИЦА ОТВАРНАЯ/	100	29,3	25,2		344	1,3
2007	58	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ/	200	4,4	9,9	43,1	279	1,1
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200			16,1	65	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,4	1	75,5	356	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,4	0,7	34,6	167	0
Итого			1130	54,8	48,9	189,1	1418	27,3
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2007	135	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ/	100	6,9	11,5	43,4	306	1,6
Итого			300	7,9	11,5	68,8	416	9,6
Ужин								
2003	13	ТОМАТ СВЕЖИЙ/	150	1,8	0,3	6,3	40	41,1
2007	90	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ/	120	17,9	7,9	16,8	210	1
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ/	230	5,6	7,5	39,6	249	19,7
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,2		11,6	47	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3,1	0,3	20,7	98	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,8	0,4	17,7	85	0
Итого			780	31,4	16,4	112,7	729	61,8
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	200	7,8	7	12,6	158	2
2008	5874	СУХАРИ	10	1,1	0,1	7,3	34	0
Итого			210	8,9	7,1	19,9	192	2
Всего				136	131,5	588,8	4116	118

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024