

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