

Утверждаю

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

## МЕНЮ

20 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>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	250	14,8	17,3	49,2	413	1,6
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	18,6	0,2	168	0
		ФИЛЕ КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ(ПОРЦИЯМИ)	60	43,9	3,5	0,8	211	1,4
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		12,3	50	0
2008		БАТОН	50	6,2	2,4	42,4	216	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2,2	0,3	13,8	66	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>67,3</b>	<b>42,1</b>	<b>118,7</b>	<b>1124</b>	<b>3</b>
<b>II Завтрак</b>								
2003	136	ФРУКТ/ГРУША	300	1,1	0,8	27	123	5,4
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,8	48	0
<b>Итого</b>			<b>530</b>	<b>2</b>	<b>1,8</b>	<b>62</b>	<b>277</b>	<b>5,4</b>
<b>Обед</b>								
2007	4	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС/	100	1,9	9	7,9	121	2,9
2007	31	ЩИ ЗЕЛЁНЫЕ СО СМЕТАНОЙ, ЯЙЦОМ НА М/Б/	300	5,7	6,9	9,2	126	15,6
2007	95	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ/	280	24,6	25,8	37,3	479	18
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200			15,5	62	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11	0,9	72,1	340	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	6	0,8	38,2	184	0
<b>Итого</b>			<b>1110</b>	<b>49,2</b>	<b>43,4</b>	<b>180,2</b>	<b>1312</b>	<b>36,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
1995	5,25	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЁННЫЕ/	150	24,7	31,3	23,8	481	0,3
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>25,7</b>	<b>31,3</b>	<b>49,2</b>	<b>591</b>	<b>8,3</b>
<b>Ужин</b>								
2007	2	ВИНЕГРЕТ/	150	3,9	12	17,7	195	9,4
2007	87	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ/	120	18,8	3,8	9,4	147	0,5
2007	58	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ/	200	4,5	5,5	44,3	245	1,2
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,8	48	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,9	0,4	18,7	90	0
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>33,2</b>	<b>21,9</b>	<b>121,4</b>	<b>817</b>	<b>11,1</b>
<b>Ужин 2</b>								
2007	120	РЯЖЕНКА/	200	9	7,8	13	167	2,5
2008	5874	СУХАРИ	10	1,2	0,1	7,8	37	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>10,2</b>	<b>7,9</b>	<b>20,8</b>	<b>204</b>	<b>2,5</b>
<b>Всего</b>				<b>187,6</b>	<b>148,4</b>	<b>552,3</b>	<b>4325</b>	<b>66,8</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024